

2014 UPSR KARANGAN BONUS

SOALAN 1

Sebagai wakil murid, kamu dikehendaki menyampaikan ucapan dalam majlis meraikan kejayaan rakan kamu dalam suatu pertandingan. Tulis ucapan kamu selengkapnya.

Pengenalan

Selamat sejahtera Tuan Pengerusi Majlis, yang berbahagia Tuan Guru Besar, Guru Penolong Kanan, guru-guru dan teman seperjuangan yang dihormati sekalian. Terlebih dahulu saya merakamkan ribuan terima kasih kerana diberi kesempatan untuk menyampaikan sepatah dua kata dalam majlis meraikan kejayaan rakan kita iaitu Muhammad Daniel Farhan setelah menjadi juara dalam pertandingan berpidato peringkat kebangsaan.

Idea-dea Utama

Hadirin yang dihormati,

Tahniah saya ucapkan kepada rakan kita kerana telah berjaya mengharumkan nama sekolah. Setelah sekian lama imej sekolah kita tidak melonjak naik, kini telah menjadi sebutan ramai apabila Muhammad Daniel Farhan muncul juara berpidato peringkat kebangsaan. Kami di sekolah ini amat berasa bangga dengan kebolehan dan bakat yang ada pada rakan kita ini.

Sebenarnya bakat yang ada pada Daniel Farhan telah dikesan sejak berada di tahun empat lagi. Cikgu Deen guru bahasa Melayu telah mengasah bakat rakan kita ini dan mulai menjuarai pelbagai pertandingan pidato yang diadakan di peringkat sekolah mahupun daerah. Kejuaraan demi kejuaraan telah dirangkul dan yang terkini ialah menjadi johan peringkat kebangsaan.

Hadirin yang dimuliakan,

Rakan kita ini kini berada di tahun enam. Justeru, saya berharap murid-murid di tahun empat dan lima berusaha untuk menjadi pelapis agar sekolah kita tidak ketandusan dalam melahirkan peminat yang hebat. Belajarlah daripada rakan kita itu cara-cara untuk menjadi peminat yang terbaik.

Kami murid-murid di sekolah ini berharap semoga Daniel Farhan terus menyerlah ketika berada di sekolah menengah. Bukan mudah untuk berjaya di peringkat yang tertinggi tanpa usaha dan kegigihan yang benar-benar jitu. Teruskan kehebatanmu agar kami berasa bangga walau di mana kamu berada.

Penutup

Sekian sahaja ucapan saya pada kali ini. Akhir kata sekalung tahniah atas kejayaan ini dan sememangnya anda memang benar-benar hebat.

Sekian, terima kasih.

SOALAN 2

Cuti persekolahan akan bermula pada minggu hadapan. Pelbagai aktiviti yang menarik yang kamu boleh lakukan pada cuti persekolahan itu. Tulis sebuah karangan tentang aktiviti-aktiviti yang akan kamu rancangkan itu.

Aktiviti Pada Cuti Persekolahan

Pengenalan

Tidak lama lagi cuti persekolahan akan menjelang tiba. Saya tidak sabar-sabar lagi untuk menikmati cuti ini memandangkan peperiksaan UPSR baru sahaja berakhir. Justeru, saya dapat melepaskan tekanan dan merehatkan fikiran setelah begitu lama bergelumbang dengan buku-buku pelajaran.

Idea-idea Utama

Saya bercadang untuk menghabiskan cuti ini di kampung halaman saya yang terletak di negeri Perlis. Saya akan mengunjungi datuk dan nenek saya di sana. Saya amat merindui mereka yang mana amat menyayangi saya dengan sepenuhnya.

Saya akan membantu datuk dan nenek saya di dusun mereka. Kebetulan sekarang musim buah-buahan. Saya bercadang untuk menjual buah durian, manggis, langsung dan rambutan seperti mana yang pernah saya lakukan semasa membantu datuk pada cuti-cuti yang sudah.

Pada masa yang sama, saya akan memancing di sebatang sungai berhampiran rumah datuk dan nenek saya. Pelbagai jenis ikan seperti baung, keli, sebarau dan lampam terdapat di dalam sungai tersebut. Masih terbayang betapa seronoknya apabila mata kail direntap oleh ikan-ikan tersebut.

Saya juga berhasrat untuk pergi ke Pulau Langkawi. Dari rumah datuk dan nenek saya, perjalanan hanya mengambil masa dua jam sahaja. Saya bercadang untuk mengunjungi makan Mahsuri, menaiki kereta kabel dan membeli belah di Pekan Kuah.

Penutup

Saya sememangnya tidak sabar-sabar untuk ke sana. Ayah akan membawa kami sekeluarga dengan menaiki kenderaan serbaguna iaitu Toyota Vellfire yang baru dibeli oleh ayah. Pasti perjalanan ke rumah datuk dan nenek akan mencipta memori yang indah buat kami sekeluarga.

SOALAN 3

Persatuan Ibu Bapa dan Guru (PIBG) sekolah kamu memberikan bantuan basikal kepada murid-murid yang kurang berkemampuan. Kamu merupakan salah seorang daripada penerima sumbangan tersebut. Tulis sepucuk surat untuk mengucapkan terima kasih kepada pihak yang berkenaan atas sumbangan tersebut.

No 11 Jalan Tiung Emas,
Taman Permata Indah,
46000 Petaling Jaya, Selangor.

Persatuan Ibu Bapa Dan Guru,
Sekolah Kebangsaan Danau Kota,
56000 Kuala Lumpur.

25 JANUARI 2014

Tuan,

Ucapan Terima Kasih

Perkara di atas adalah dirujuk ;

2. Saya Wan Zack Haikal bin Wan Deris merupakan antara penerima bantuan basikal daripada pihak tuan . Saya ingin mengucapkan ribuan terima kasih kerana bantuan yang diberikan itu benar-benar bermakna kepada diri saya.

3. Saya senang untuk pergi ke sekolah dengan menaiki sebuah basikal. Kini, saya sudah tidak lagi lewat hadir ke sekolah dengan berbasikal. Sebelum ini, saya berjalan kaki untuk pergi ke sekolah dan terpaksa bangun pada awal pagi kerana jarak dari rumah saya agak jauh dari sekolah.

4. Saya juga menggunakan basikal tersebut untuk pergi ke perpustakaan awam di pekan untuk membuat ulangkaji. Dengan berbasikal, tempoh yang diambil hanya sedikit berbanding berjalan kaki. Saya sering berbasikal bersama kawan-kawan untuk mengulangkaji pelajaran dan meminjam buku rujukan di perpustakaan kerana tidak mampu untuk membeli buku rujukan sendiri.

5. Dengan berbasikal urusan saya menjadi lebih mudah. Saya dapat ke kedai dengan cepat untuk membeli pelbagai barangan yang disuruh oleh ibu. Saya tidak lagi berasa penat berbanding dengan berjalan kaki yang saya alami sebelum ini.

Sekian sahaja untuk makluman pihak tuan. Saya berjanji akan belajar bersungguh-sungguh demi meningkatkan nama sekolah. Akhir sekali , saya amat menghargai sumbangan ini dan hanya Allah sahaja yang dapat membalasnya.

Sekian, terima kasih.

Yang benar,

WZD

Wan Zack Haikal bin Wan Deris

SOALAN 4

Tuliskan satu karangan tentang amalan hidup yang sihat.

Amalan Hidup sihat

Pengenalan

Kesihatan amat penting dalam kehidupan ini. Wang yang banyak tiada bererti jika kita banyak menghabiskan masa terlantardi hospital. Justeru, amalan hidup yang sihat amat penting dalam menjana kebahagiaan hidup di dunia ini.

Idea-idea Utama

Rajin bersenam antara amalan hidup yang sihat. Apabila kita bersenam, sisi toksik akan keluar melalui peluh. Oleh itu, badan kita akan menjadi cergas dan otak pula menjadi cerdas. Kita boleh bersenam di mana-mana sahaja seperti di taman-taman permainan.

Selain itu, kita mestilah menjaga pemakanan harian kita. Elakkan daripada makan makanan yang tidak berkhasiat seperti makanan ringan yang mengandungi perasa yang tinggi. Makanan yang berlemak dan terlalu manis juga tidak baik untuk kesihatan.

Kita mestilah tidur yang cukup pada setiap hari. Jangan tidur pada lewat malam kerana badan akan menjadi lesu dan tidak bermaya. Kita juga tidak cergas untuk melakukan aktiviti seharian. Oleh itu, pastikan kita tidur dengan sempurna pada setiap hari.

sekali, jangan bebankan fikiran kita dengan pelbagai masalah. Jika kita mempunyai masalah, luahkan pada ibu bapa mahupun rakan-rakan. Jangan kita pendamkan masalah tersebut kerana akan memberikan impak yang tidak baik.

Penutup

Konklusinya, amalan hidup yang sihat menjana kehidupan yang harmoni. Badan kita sentiasa cergas dan mampu melakukan aktiviti yang kita sukai. Oleh itu, pastikan kita melakukan amalan yang sihat ini walau di mana kita berada.

“Badan Sihat Otak Cergas”

SOALAN 5

Tuliskan satu karangan tentang amalan mulia yang boleh kita lakukan semasa di sekolah.

Amalan Mulia

Pengenalan

Amalan mulia seperti mengamalkan nilai-nilai murni merupakan amalan yang terpuji. Amalan ini boleh kita lakukan di mana-mana sahaja seperti di sekolah. Senario ini amat baik kepada murid-murid kerana golongan muda ini merupakan pelapis negara pada masa hadapan.

Idea-idea Utama

Antara amalan mulia yang boleh kita lakukan di sekolah dengan menolong guru membawa buku latihan murid ke bilik guru. Justeru, guru-guru tidak terbeban untuk membawa buku latihan murid yang agak banyak. Guru-guru yang kita bantu pasti berbangga memiliki anak murid yang rajin seperti kita.

Kita juga mestilah mematuhi jadual tugas harian yang telah ditampal di dalam kelas. Apabila tiba giliran kita untuk membersihkan kelas, kita mestilah bertugas dengan rajin dan penuh tanggungjawab. Justeru, bilik darjah pasti dalam keadaan bersih dan ceria.

Jangan bersikap sombong jika kita memiliki kelebihan berbanding rakan-rakan yang lain. Jika kita mahir dalam mata pelajaran matematik, kita mestilah memberi bantuan dan tunjuk ajar kepada kawan-kawan yang kurang bijak. Mereka pasti bangga dan hormat kepada kita kerana bersikap prihatin dan saling membantu.

Apabila kita diamanahkan dalam sesuatu perkara, jalankanlah dengan sebaik-baik yang mungkin. Sebagai contoh apabila kita dilantik sebagai seorang pengawas, kita hendaklah bersikap adil kepada setiap murid. Jangan bertindak secara melulu atau bersikap pilih kasih.

Penutup

Amalan mulia hendaklah dilakukan sejak kecil lagi dan di mana-mana sahaja. Nilai-nilai murni yang ada pada kita ini pasti menjadi contoh dan teladan kepada orang lain. Justeru, terapkanlah amalan mulia ini hingga menjangi darah daging dalam membina jati diri yang sempurna.

SOALAN 6

Tuliskan karangan tentang faedah-faedah menjaga kebersihan diri.

Faedah Menjaga Kebersihan Diri

Pengenalan

Kebersihan amat penting dalam kehidupan seharian. Kebersihan merangkumi pelbagai aspek sama ada kebersihan tempat tinggal, persekitaran mahupun kebersihan diri. Justeru, amalan kebersihan sentiasa diutamakan sejak zaman nenek moyang lagi.

Idea-idea Utama

Menjaga kebersihan diri amat penting kepada kita semua. Kita mestilah menjaga kebersihan diri seperti mandi tiga kali dalam sehari. Apabila kita mandi, pastikan mandi dengan menggunakan sabun dan tidak mandi kerbau. Justeru, badan kita menjadi bersih dan tidak dihinggapai penyakit kulit seperti kurap dan panau.

Kebersihan rambut juga wajar diutamakan. Pastikan rambut kita sentiasa pendek dan kemas kepada murid-murid lelaki. Rambut jug mestilah disyampu sekurang-kurangnya tiga hari sekali. Rambut yang bersih tidak menjadi sarang kutu-kutu bertelur dan tidak mendatangkan bau yang busuk.

Gigi juga mestilah dalam keadaan bersih dan cantik. Oleh itu kita mestilah menggosok gigi selepas bangun daripada tidur dan sebelum tidur. Gigi yang putih pasti menawan sewaktu kita tersenyum. Selain itu, mulut kita juga bersih dan tidak mengeluarkan bau yang busuk.

Akhir sekali pastikan kuku tangan dan kaki sentiasa dalam keadaan yang pendek. Kuku yang panjang, menyebabkan kekotoran terselit di celah-celah kuku tersebut. Natiyahnya, kita akan sakit perut jika tidak mencuci tangan dengan sempurna sebelum makan. Kuku yang panjang turut menampilkan imej yang buruk kepada sesiapa sahaja.

Penutup

Akhirul kalam, menjaga kebersihan perlu dititik beratkan sejak kecil lagi. Amalan menjaga kebersihan mampu menjana kehidupan yang sihat dan penampilan diri yang sempurna. Justeru, jagalah kebersihan diri pada setiap hari supaya kita sentiasa berasa yakin sewaktu bergaul mesra dengan rakana-rakan.

SOALAN 7

Ibu bapa merupakan orang paling kita hormati pada setiap masa. Tuliskan satu karangan cara-cara untuk menggemirakan hati ibu dan bapa.

Cara-cara Menggemirakan Hati Ibu Bapa

Pengenalan

Ibu dan bapa merupakan insan yang mulia dan mestilah dihormati pada setiap masa. Sebagai seorang anak, kita wajar menjaga dan jangan sesekali menyinggung perasaan mereka. Oleh itu, pelbagai cara dapat kita lakukan untuk menggemirakan perasaan mereka.

Idea-idea Utama

Antara cara yang berkesan untuk menggemirakan hati mereka apabila kita berjaya dalam peperiksaan dengan cemerlang. Justeru, kita hendaklah belajar dengan bersungguh-sungguh pada setiap masa. Kejayaan cemerlang dalam peperiksaan menyebabkan mereka berasa bangga dan pastinya akan dipuji oleh jiran-jiran dan rakan.

Selain itu, kita mestilah mendengar segala nasihat mereka. Setiap ibu bapa pastinya tidak mahu anak-anaknya terjebak dalam gejala yang tidak baik. Apabila kita mendengar nasihat mereka, pastinya kita akan terselamat daripada melakukan perkara-perkara yang keji seperti menghisap dadah dan terlibat dalam kegiatan jenayah.

Kita juga mestilah mengamalkan nilai-nilai murni pada setiap hari. Antaranya bersikap ringan tulang dengan membantu mereka di rumah. Antaranya mengemas rumah, menyapu sampah di sekeliling rumah dan juga menyiram pokok-pokok bunga. Pada masa yang sama, kita mestilah menghormati dan menyayangi mereka pada setiap masa.

Akhir sekali, kita boleh menggemirakan hati mereka dengan menjadi anak yang soleh mahupun solehah. Kita mestilah bersolat pada setiap masa dan taat dalam mengerjakan suruhan Tuhan. Hati ibu dan ayah akan sejuk apabila anak-anak mereka hidup berlandaskan ajaran agama yang telah mereka terapkan sejak kecil.

Penutup

Perasaan ibu dan bapa jangan sesekali kita gores. Anak yang baik sentiasa menggemirakan hati mereka pada setiap masa. Setiap apa yang dipesan dan disuruh perlu segera kita lakukan. Justeru kehidupan kita akan menjadi bahagia buat selama-lamanya. Sayangilah ibu bapa kita buat selama-lamanya.

SOALAN 8

Aktiviti kokurikulum merupakan aktiviti yang diwajibkan kepada murid-murid di sekolah. Tuliskan faedah-faedah aktiviti ini.

Faedah-faedah Aktiviti Kokurikulum

Pengenalan

Kokurikulum adalah kegiatan yang bermanfaat kepada murid-murid. Aktiviti ini dilakukan di luar bilik darjah dan perlu disertai oleh murid-murid. Kebanyakan sekolah menjalankan aktiviti ini pada hari Sabtu.

Idea-idea Utama

Aktiviti kokurikulum dapat mendisiplinkan murid-murid. Mereka perlu menepati masa dan patuh kepada peraturan yang telah ditetapkan. Senario ini dititikberatkan dalam pasukan pengakap, kadet remaja sekolah dan unit-unit uniform yang lain.

Selain itu aktiviti ini dapat menyihatkan badan dan mencergaskan minda. Murid-murid dilibatkan dalam pelbagai jenis permainan seperti bola sepak, bola keranjang, hoki dan pelbagai lagi. Fenomena ini mampu melahirkan murid-murid yang cergas dan memiliki minda yang hebat.

Aktiviti luar bilik darjah ini turut meningkatkan semangat perpaduan dalam kalangan pelbagai kaum. Murid-murid saling bekerjasama, bantu-membantu dan hormat-menghormati antara satu sama lain. Situasi ini dibuktikan semasa aktiviti perkhemahan yang dijalankan di luar kawasan sekolah.

Murid-murid dapat mengisi masa lapang dengan aktiviti yang berfaedah. Mereka tidak membuang masa dengan sia-sia. Mereka juga tidak terjebak dalam gejala negatif seperti penagihan dadah, melepak dan pelbagai lagi.

Aktiviti ini turut menerapkan nilai-nilai murni kepada murid-murid. Mereka diajar supaya bersikap jujur, amanah dan tolong menolong. Mereka juga dilatih menghormati antara satu sama lain tanpa mengira bangsa dan agama. Nilai-nilai murni ini diterapkan melalui aktiviti persatuan, kelab ataupun permainan.

Penutup

Kokurikulum adalah aktiviti yang dapat meningkatkan minda murid-murid. Selain itu mendatangkan banyak pengetahuan dan pengalaman kepada mereka. Pada masa yang sama menjadi bekalan kepada murid-murid selepas tamatnya alam persekolahan.

SOALAN 9

Di setiap sekolah pasti memiliki sebuah perpustakaan. Tuliskan satu karangan tentang faedah-faedah perpustakaan.

Faedah-faedah Perpustakaan

Pengenalan

Perpustakaan mendatangkan pelbagai faedah. Kita perlu menggunakan kemudahan perpustakaan yang terdapat di sekolah. Perpustakaan gedung ilmu pengetahuan dalam pelbagai perkara.

Idea-idea Utama

Kita boleh meminjam buku dari perpustakaan. Kita tidak perlu membeli buku dari kedai-kedai buku di luar. Kita dapat menjimatkan perbelanjaan dan wang yang ada dapat kita gunakan untuk perkara yang lain.

Kita juga boleh membuat rujukan dan mendapatkan pelbagai maklumat. Buku-buku di perpustakaan dapat membantu kita dalam menyiapkan tugas yang diberi oleh guru. Oleh itu, kita mampu berjaya dengan cemerlang dalam peperiksaan.

Selain itu, perpustakaan merupakan tempat belajar yang paling selesa. Suasana di dalam perpustakaan amat tenang. Kita tidak boleh berbuat bising dan bermain sewaktu berada di dalam perpustakaan.

Kita dapat menambahkan pengetahuan dan pengalaman. Di perpustakaan menyediakan pelbagai jenis buku dan majalah. Justeru, pengetahuan seseorang dapat ditingkatkan dari masa ke masa.

Kita boleh melayari internet untuk mendapatkan pelbagai maklumat. Hal ini demikian kerana di perpustakaan disediakan kemudahan komputer. Kita boleh menggunakannya pada bila-bila masa sahaja.

Penutup

Perpustakaan tempat yang paling sesuai untuk seseorang pelajar. Kita juga dapat memenuhi masa lapang dengan aktiviti yang berfaedah. Kita akan terhindar daripada terjebak dalam gejala yang tidak bermoral seperti penagihan dadah dan pelbagai lagi.

SOALAN 10

Aktiviti senaman mendatangkan banyak faedah kepada kita semua. Bincangkan manfaat yang diperolehi daripada aktiviti ini.

Faedah-faedah Senaman

Pengenalan

Bersenam sangat penting untuk kesihatan. Kita dapat melakukan pelbagai gerakan badan. Aktiviti ini lebih bermanfaat dilakukan di taman bunga, padang dan di tepi tasik. Pada masa yang sama kita dapat menghirup udara yang segar di tempat tersebut.

Isi-isi Penting

Senaman yang betul dapat memberi impak yang baik kepada kita. Sistem pengaliran darah akan berjalan dengan lancar. Contohnya dengan berlari akan dapat meningkatkan bekalan darah ke jantung. Kita dapat menguatkan otot-otot jantung dan mengurangkan kadar kolesterol di dalam darah.

Apabila kita bersenam, kita akan mengeluarkan peluh. Lemak-lemak yang berlebihan dan toksik di dalam badan akan keluar melalui peluh. Kita akan berasa cergas dan bertenaga selepas melakukan senaman. Kita juga tidak mudah diinggapinya penyakit.

Senaman dapat melapangkan fikiran dan mengurangkan tekanan. Kita dapat merehatkan badan dan minda daripada tekanan kerja atau pelajaran. Justeru, keletihan yang dialami kesan daripada bekerja atau belajar akan hilang. Pasti memberi keceriaan dalam kehidupan kita sehari-hari.

Aktiviti senaman amat bermanfaat kepada penghidap pesakit darah tinggi. Tekanan darah kita dapat diredakan melalui senaman. Senario ini membantu mengurangkan berat badan dan kita mudah menjalankan aktiviti harian. Kita juga kurang berisiko diserang penyakit jantung.

Apabila kita bersenam, kita dapat mengisi masa lapang kita dengan aktiviti yang berfaedah. Kita menggunakan masa lapang untuk kebaikan diri sendiri. Kita juga tidak membuang masa dengan sia-sia. Kita tidak terjebak dalam gejala negatif seperti melepak dan merayau-rayau tanpa faedah.

Penutup

Kita mestilah menjadikan senaman sebagai satu amalan seharian. Kita wajar meluangkan sekurang-kurangnya setengah jam untuk aktiviti ini kerana mendatangkan pelbagai manfaat yang berguna. Kita juga tidak mudah diserang penyakit dan mengamalkan kehidupan yang bahagia sampai bila-bila.

SOALAN 11

Tuliskan satu karangan tentang faedah-faedah membaca.

Faedah-faedah Membaca

Pengenalan

Membaca jambatan ilmu dan mendatangkan pelbagai manfaat. Budaya ini perlu diamalkan oleh rakyat di negara ini. Hal ini demikian kerana budaya membaca amat sedikit berbanding rakyat asing. Oleh itu perlu ditingkatkan oleh masyarakat tanpa mengira had umur.

Isi-isi Penting

Membaca dapat menambahkan pengetahuan dan pengalaman. Kita akan mengetahui hal ehwal semasa dalam dan luar negara. Contohnya bencana alam, peperangan, ekonomi dan pelbagai lagi. Kita tidak menjadi “katak di bawah tempurung”.

Selain itu, membaca dapat meningkatkan perbendaharaan kata. Kita dapat mengetahui banyak perbendaharaan kata yang baharu. Situasi ini amat berfaedah terutama kepada para pelajar. Antaranya boleh dimanfaatkan dalam mata pelajaran tertentu.

Kita akan lulus dengan cemerlang dalam pelajaran. Kita akan sentiasa mengingat topik atau nota yang diajar oleh guru. Kita akan lebih berkeyakinan semasa dalam peperiksaan. Kita juga akan berjaya dengan cemerlang.

Pembacaan juga mampu memantapkan fikiran dan meningkatkan pengalaman. Contohnya, melalui pembacaan yang meluas. Kita dapat berkongsi idea atau pendapat dengan orang lain. Kita juga dapat membaca pelbagai bahan bacaan seperti akhbar, buku dan majalah.

Pada masa yang sama kita dapat mengisi masa lapang dengan baik. Kita tidak menghabiskan masa dengan aktiviti yang tidak berfaedah. Contohnya semasa menunggu bas, berkelah dan menunggu giliran di bank. Hal ini pasti menimbulkan situasi yang positif di kaca mata masyarakat luar.

Penutup

Amalan membaca perlu dijadikan satu budaya masyarakat di Malaysia. Justeru amalan ini perlu dididik sejak kepada anak-anak sewaktu masih kecil. Dalam erti kata lain, aktiviti seperti Program Nilam perlu diteruskan. Senario ini pasti melahirkan masyarakat yang berinformasi.

SOALAN 12

Tuliskan satu karangan tentang faedah-faedah bersukan.

Faedah-faedah Bersukan

Pengenalan

Bersukan adalah aktiviti riadah yang popular di negara kita. Bersukan juga dilakukan oleh pelbagai kaum tanpa mengira bangsa dan agama. Senario ini menelurkan pelbagai manfaat kerana badan menjadi cergas dan otak menjadi cerdas. Justeru, wajar diamalkan oleh masyarakat di negara kita sejak kanak-kanak lagi.

Idea-idea Utama

Apabila kita rajin bersukan badan akan menjadi sihat. Peluh yang keluar akan merembeskan sisa-sisa toksik dari badan. Kita sukar dihinggapi pelbagai jenis penyakit. Kita tidak menjadi obesiti kerana lemak-lemak tidak berkumpul di badan.

Sukan juga antara kerjaya yang mampu memberikan pulangan yang lumayan. Kita mampu mengukir nama seperti jaguh-jaguh sukan dunia dalam apa jua sukan yang diceburi. Antaranya seperti Datuk Lee Chong Wei, Nicol Ann David dan ramai lagi. Masa depan kita turut terjamin dan mampu meningkatkan imej Negara.

Mengeratkan silaturahim juga antara manfaat yang diperolehi dengan bersukan. Kita akan mengetepikan perbezaan agama dan bangsa semasa bersukan. Contohnya sikap bekerjasama juga terjalin seperti dalam permainan bola sepak, bola keranjang dan pelbagai lagi. Pada masa yang sama perpaduan antara kaum semakin meningkat.

Kita juga mampu mengisi masa lapang dengan baik. Kita dapat mengisi masa senggang dengan aktiviti yang bermanfaat seperti dengan bersukan. Kita tidak membuang masa dengan gejala yang negatif seperti melepak dan berfoya-foya. Aktiviti ini juga mampu mengelakkan generasi muda terlibat dalam kegiatan merempit dan pelbagai lagi.

Penutup

Badan sihat otak cergas datangnya daripada aktiviti bersukan. Antaranya membawa anak-anak bersukan di taman rekreasi. Pada masa yang sama aktiviti sukan kerap dijalankan di sekolah mahupun di luar sekolah. Situasi ini mampu menjana generasi yang berwawasan pada masa hadapan.