Bersukan untuk kecergasan

Majukan diri dan negara

Memilih gaya hidup aktif, terutama dalam lapangan sukan perkara biasa kalangan penuntut universiti dan IPT. Ramai yang percaya ketajaman minda bermula dari badan yang sihat dan minda yang cerdas. Sukan yang disertai sama ada peringkat universiti, kolej mahupun kebangsaan hinggalah mewakili negara, terus meletakkan nama seseorang mahasiswa itu berada dalam kelompok berbeza.

Kecemerlangan akademik sahaja tidak menjamin daya saing, justeru kebolehpasaran juga melihat sejauh mana penglibatan siswa siswi dalam bidang sukan. Banyak pandangan positif kerana kedua-duanya membawa peranan besar ke atas individu terbabit.

Minggu ini, *Isu Kampus* mendapatkan maklum balas daripada para atlet dan pelajar tentang kepentingan sukan dan bagaimana ia membentuk kecemerlangan individu.

Sukol medan gilap bakat baharu

"PENUNTUT tidak perlu membudayakan sukan tetapi sukan itu dijadikan amalan kita," kata Naib Canselor Universiti Sains Islam Malaysia (Usim), Profesor Datuk Musa Ahmad ketika berucap merasmikan Penutup Kejohanan Sukan Antara Kolej Kediaman (Sukol) Usim, baru-baru ini.

MUSA

Tambahnya, pihak universiti menggalakkan penglibatan pelajar dalam sukan dengan menyediakan program dan fasiliti yang berkaitan. Contohnya, di peringkat pelajar, Biro Sukan dan Pembangunan Belia, dari Majlis Perwakilan Pelajar, melancarkan program FIT Usim, wadah untuk menggalakkan siswa siswi aktif sukan.

Menurutnya, dalam menyemarakkan semangat kesukanan, Sukol diadakan setiap tahun. Ia sebagai platform mengasah bakat, di samping mencari pelapis baharu sukan sebelum bertanding ke peringkat yang lebih tinggi.

Setiap acara yang diadakan adalah sejajar dengan visi Kementerian Belia dan Sukan untuk menjadikan Malaysia negara bersukan atau *sporting nation* bersesuaian dengan kempen FIT Malaysia.

Selaku Pengerusi Kejohanan Sukol 2015, Nur Fazwanis Othman, berkata boleh dikatakan semua pelajar menyambut baik program tersebut dan kesungguhan mereka ditonjolkan dengan penuh kreativiti dalam perarakan masuk kontinjen melalui penggunaan maskot.

"Pada temasya kali ini, pelajar Kolej Kediaman Pandan (KKP) tampil kelainan iaitu menggunakan watak popular Minion dalam perarakan, satu inisiatif baru yang menjayakan lagi aktiviti ini," katanya.

Menurut Nuranis Eizzaty, dia berpuas hati menyertai kejohanan Sukol setelah mendapat momentum latihan yang dijalani hampir dua minggu.

Katanya, bersukan adalah satu tuntutan Islam untuk menjadikan umatnya cerdas dan cergas.

Ceburi sukan lasak

BERKONGSI perasaan yang sama, olahragawati Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah, Shah Alam, Nur Assyira Zainal Abidin, berkata sukan beri kepuasan lebih-lebih lagi aktiviti lasak.

"Sukan yang saya ceburi - *mountain bike* dianggap lasak bagi wanita, tetapi saya seronok kerana minat, lebih-lebih lagi saya mampu mencipta rekod tersendiri," kata Penuntut Diploma Elektronik Kawalan itu.

Rekod terbaik Nur Assyira setakat ini adalah mewakili negeri dalam sukan Sukma dan tempat ke empat di Asian Mountain Bike, di Sabah.

"Sukan ini secara tidak langsung memberi dimensi baru terutama kepada wanita. Tidak dinafikan ia lasak, namun banyak input berguna saya lalui, sukan ini melatih lebih yakin, berani dan tidak gentar cabaran," katanya.

Pengalaman dilalui dalam sukan ini begitu bermakna, daripada seorang yang kurang keyakinan kini Nur Assyira semakin berani, bersemangat dan rakan taulan juga bertambah.

"Sukan menyatukan kita dengan komuniti yang lain, saya mula aktif selepas menyertai sebuah kelab *mountain bike* di Ipoh, kemudian berjumpa dengan jurulatih dan akhirnya semakin menempa nama dalam sukan ini," katanya.

Menurutnya, aktif sukan tidak sesekali mengganggu jadualnya sebagai penuntut IPT. Latihan hanya diadakan pada waktu lapang. Nur Assyira yang sentiasa mendapat sokongan ibu bapanya kini di tahun tiga pengajian dan bakal menamatkan pelajaran tidak lama lagi.

Platform tonjol kebolehan diri

PENGLIBATAN sebagai atlet semakin dipandang tinggi, dan menjadi pembakar semangat untuk terus bergiat dalam lapangan sukan.

MOHD ZHARIF

Pandangan itu dilahirkan olahragawan Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah, Shah Alam, (PSA) atas anugerah yang cukup diidamkannya.

Olahragawan tahun ini disandang Mohd Zharif Hashim, penuntut kejuruteraan awam yang aktif dalam pertandingan boling.

Katanya, sukan juga salah satu platform pelajar menonjolkan diri, selain akademik.

"Bagi saya sukan dan akademik harus seiring, sukan adalah minat, manakala pengajian usaha saya merealisasikan cita-cita dan sehingga sekarang minat ke arah menjadi jurutera itu masih menebal," katanya.

Menurutnya, dia tidak menyangka dirai dengan pengiktirafan sebegini. Menceritakan detik penglibatan awal, dia mula menyertai boling sejak di bangku sekolah. Kemudian bergiat serius di pertandingan peringkat kebangsaan.

"Saya mewakili Selangor sebanyak lapan tahun dan empat kali terlibat dalam Sukan Malaysia (Sukma). Tiga kali dilantik sebagai kapten pasukan Selangor. Satu pencapaian membanggakan apabila pasukan kami antara yang paling menonjol dan digeruni," katanya.

Penglibatan dalam sukan menjadi detik terindah, apabila turut disokong oleh keluarga dan adik-beradiknya yang lain juga mengulangi kejayaan sama.