

SEKOLAH BUIN BATU HIGHLIGHTS

Fostering global citizens by providing a quality and meaningful learning experience

Physical & Health Education in the Middle & High School

Physical and Health Education (PHE) plays a pivotal role in middle school education, contributing significantly to the holistic development of students. Beyond its focus on physical fitness and motor skills, PHE fosters essential life skills such as teamwork, leadership, and resilience. In the middle school years, when students undergo rapid physical and emotional changes, PHE provides a supportive environment for them to explore and understand their bodies, promoting a lifelong appreciation for health and well-being. Additionally, PHE helps cultivate a positive attitude toward physical activity, laying the foundation for a healthy lifestyle and academic success by enhancing cognitive function and concentration. As an integral part of the middle school curriculum, PHE contributes to the overall growth of students, equipping them with the tools needed to lead active, balanced, and fulfilling lives.

Throughout term one, students at Sekolah Buin Batu have had the opportunity to participate in a range of sports and learning opportunities during Physical and Health Education (PHE) classes. Students from Year 6-12 have participated in Soccer, Basketball, Volleyball, Badminton, European Handball and Athletics. This variety of sport options has provided students with a fresh approach to the subject and they are all eager to learn even more new topics as the year progresses. During Term two, all students will be participating in a pragmatically planned Athletics training Program during PHE time, this will be to ensure they are all well prepared for the Kayu Besi Athletics Carnival happening on **Thursday of week 9 (7 December)**.

We welcome parents volunteers to help out on the Athletics Carnival - please contact Pak James, Pak Zain or Ms. Yuni if you are interested in volunteering.



SEKOLAH BUIN BATU HIGHLIGHTS

Fostering global citizens by providing a quality and meaningful learning experience

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Jenjang Sekolah Menengah dan Atas

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) memainkan peran penting dalam pendidikan sekolah menengah, memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perkembangan holistik siswa, tidak hanya pada kebugaran fisik dan keterampilan motorik, PJOK juga membina keterampilan hidup esensial seperti kerjasama, kepemimpinan, dan ketangguhan. Pada tahun-tahun sekolah menengah, ketika siswa mengalami perubahan fisik dan emosional yang cepat, PJOK memberikan lingkungan yang mendukung bagi mereka untuk memahami tubuh kembang mereka, mempromosikan penghargaan seumur hidup terhadap kesehatan dan kesejahteraan. Selain itu, PJOK membantu membentuk sikap positif terhadap aktivitas fisik, membentuk dasar untuk gaya hidup sehat dan keberhasilan akademis dengan meningkatkan fungsi kognitif dan konsentrasi. Sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah menengah, PJOK berkontribusi pada pertumbuhan keseluruhan siswa, membekali mereka dengan alat yang diperlukan untuk menjalani kehidupan yang aktif, seimbang, dan memuaskan.

Sepanjang semester satu, siswa di Sekolah Buin Batu telah memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dalam berbagai olahraga dan peluang pembelajaran selama kelas Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Siswa dari Kelas 6-12 telah berpartisipasi dalam Sepak Bola, Bola Basket, Bola Voli, Bulu Tangkis, Bola tangan Eropa, dan Atletik. Beragam pilihan olahraga ini telah memberikan pendekatan baru kepada siswa terhadap mata pelajaran tersebut, dan mereka semua sangat antusias untuk belajar lebih banyak topik baru seiring berjalannya tahun ini. Selama semester dua, semua siswa akan berpartisipasi dalam Program **Pelatihan Atletik yang direncanakan secara pragmatis selama waktu PJOK, hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa mereka semua siap dengan baik untuk Karnaval Atletik Kayu Besi yang akan berlangsung pada hari Kamis minggu ke-9 (7 Desember).**

Kami menyambut baik partisipasi orang tua sebagai relawan untuk membantu pada Karnaval Atletik - silakan hubungi Pak James, Pak Zain, atau Ibu Yuni jika Anda berminat untuk menjadi relawan pada kegiatan ini.

