

Program AIA Healthiest Schools galak pelajar amal hidup sihat

Sumber, bahan percuma untuk guru boleh diintegrasikan dalam pengajaran sedia ada

Kuala Lumpur: Peranan guru sekolah bukan sekadar mendidik pelajar dalam bidang akademik, malah turut 'membesarkan' mereka supaya dapat menikmati kehidupan lebih sihat dan bermakna, sama ada di dalam atau luar bilik darjah.

Tanggungjawab guru pada hari ini adalah bersama-sama memantau tahap kesihatan pelajar yang kini merupakan perkara semakin membimbangkan akibat peningkatan kadar obesiti dan kesihatan mental dalam kalangan kanak-kanak di Malaysia.

Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) 2022 melaporkan bahawa satu pertiga daripada remaja di Malaysia berusia di antara 13 dan 17 tahun mempunyai berat badan berlebihan atau obesiti, manakala NHMS 2019 mendedahkan, satu daripada 20 kanak-kanak Malaysia berusia lima hingga sembilan tahun dianggarkan mempunyai masalah kesihatan mental, termasuk kebimbangan perkembangan.

Malah, beberapa kajian juga menunjukkan obesiti dalam kalangan golongan belia di Malaysia kebanyakannya disebabkan tabiat pemakanan dan amalan gaya hidup tidak sihat.

Prihatin dengan isu kesihatan kanak-kanak, AIA Malaysia ba-

ru-baru ini melancarkan program tanggungjawab sosial korporat, AIA Healthiest Schools (Sekolah Tersihat AIA), yang bertujuan menggalakkan tabiat hidup sihat dalam kalangan pelajar sekolah berusia lima hingga 16 tahun, melalui pendekatan yang mempromosikan pemakanan sihat, gaya hidup aktif, kesejahteraan mental, serta kesihatan dan kelestarian di sekolah.

Disokong Kementerian Pendidikan, program AIA Healthiest Schools (AHS) terbuka kepada semua sekolah kerajaan, swasta dan antarabangsa, sama ada peringkat rendah dan menengah.

Program AHS menyediakan sumber dan bahan yang boleh diguna serta diintegrasikan dengan mudah oleh guru dalam rancangan pengajaran sedia ada, sekali gus menjadi nilai tambah dalam pengayaan konsep kesihatan dan kesejahteraan yang lebih berkesan dalam bilik darjah.

Sumber dan bahan pendidikan ini terdiri daripada video pengenalan, aktiviti fleksibel, rancangan pelajaran dan permainan yang menyeronokkan, boleh dimuat turun secara percuma dan tersedia dalam tiga versi bahasa iaitu Inggeris, bahasa Melayu dan Mandarin.

Ketua Pegawai Eksekutif AIA Malaysia, Ben Ng, berkata pihaknya komited menangani peningkatan kadar isu kesihatan kanak-kanak di negara ini dan pada masa sama, berbangga dapat menyokong keupayaan generasi akan datang dalam menerapkan gaya hidup lebih sihat.

"Kesihatan aset penting dalam kehidupan dan menjadi aspek utama yang dapat memastikan generasi masa depan berpeluang menjalani kehidupan lebih sihat, berpanjangan dan bermakna.

"Kami percaya dengan nilai di-



bawah program AIA Healthiest Schools ini, ia satu pendekatan proaktif untuk meningkatkan kesedaran terhadap kesihatan dan kesejahteraan kanak-kanak melalui sumber serta bahan pendidikan boleh dipercayai dan mudah diakses.

"Ini juga membantu pelajar dari segi sokongan emosi dan psikologi kerana aktiviti sedemikian mampu memupuk kesejahteraan mental yang boleh dizahirkan kepada gaya hidup lebih baik," katanya.

Bengkel AHS perkasa guru pupuk persekitaran sekolah sihat

Bagi membantu guru dan tenaga pengajar memahami lebih lanjut mengenai program tersebut, AIA Malaysia baru-baru ini, menganjurkan siri bengkel AHS yang dikendalikan, rakan pendidikan AIA Malaysia, LeapEd - sebuah organisasi berdedikasi dalam transformasi menyeluruh sekolah dan pembelajaran yang berpusatkan pelajar.

Bengkel AHS yang dijalankan di beberapa lokasi utama, termasuk Ipoh, Perak, Kuching, Sarawak dan Kuala Lumpur telah mendedahkan peserta mengenai kesejahteraan holistik serta pendekatan berkesan untuk memperkenalkan konsep kesihatan dan kesejahteraan di sekolah.

Guru turut dilengkapi dengan

teknik praktikal dan mudah dilaksanakan serta mempelajari strategi untuk memupuk daya tahan dan menggalakkan kesihatan mental yang positif dalam kalangan pelajar. Peserta juga terabit dalam pelbagai aktiviti dan perbincangan yang meneroka pelbagai aspek persekitaran sekolah sihat.

Guru dari Sekolah Kebangsaan Seksyen 24, Shah Alam, Muhammad Daneil Faliq Akmal, berkata sesi produktif itu memberi tumpuan terhadap memanfaatkan sumber yang ada untuk mencipta inisiatif yang memberi impak dalam komuniti sekolah.

"Program ini menyediakan pelbagai sumber dalam talian yang berfungsi sebagai platform se-henti buat guru mencari panduan dan bimbingan untuk memupuk tabiat lebih sihat dalam kalangan pelajar dan komuniti sekolah yang lebih besar," katanya.

Seorang lagi guru yang berkhidmat di Beaconhouse Sri Murni, Cheras, Qistina Artini, turut berkongsi bahawa bengkel AHS terabit memberi peluang kepadanya untuk bersejua dan berinteraksi dengan guru-guru dari pelbagai jenis sekolah.

"Interaksi ini membuka idea dan perkongsian pengalaman. Guru dapat bertukar pandangan, belajar daripada pengalaman masing-masing serta memperoleh perspektif baharu sekali gus memupuk persekitaran kolaboratif dalam pendekatan inovatif untuk mempromosikan kesihatan di sekolah," katanya.

Program AHS membolehkan institusi (sekolah) yang mengambil bahagian mendapat akses kepada ilmu dan kepakaran meluas dalam usaha mewujudkan persekitaran bertumpukan kesihatan yang bukan hanya memupuk pertumbuhan akademik

tetapi kesejahteraan secara keseluruhan.

Bengkel AHS dengan jelas mengetengahkan manfaat yang menanti institusi yang mengintegrasikan program AHS ke dalam kurikulum mereka. Ini memperkasakan komuniti persekolahan untuk mengamalkan gaya hidup lebih sihat.

Pertandingan AHS tawar hadiah AS\$100,000

Program AHS turut merangkumi pertandingan bagi menggalakkan sekolah berkongsi pencapaian serta kejayaan meningkatkan tahap kesihatan pelajar.

Pertandingan AHS berfungsi sebagai platform untuk sekolah memamerkan impak dan kejayaan mereka dalam memacu hasil kesihatan yang lebih baik dalam kalangan pelajar di samping membina komuniti yang berkongsi amalan terbaik dan mencetuskan idea inovatif bagi mempromosikan kesihatan dan kesejahteraan.

Hadiah berjumlah AS\$100,000 menanti sekolah yang mengambil bahagian yang menunjukkan usaha kesihatan dan kesejahteraan terbaik.

"Program ini akan memperluas usaha advokasi dan tanggungjawab sosial kami dalam membantu kanak-kanak menjadi versi terbaik diri mereka. Kami berharap guru dan sekolah di seluruh Malaysia akan mengambil bahagian secara aktif dalam program ini," tambah Ben.

Program AHS dilancarkan oleh AIA Group pada 2022 sebagai sebahagian strategi Alam Sekitar, Sosial dan Tadbir Urus (ESG) syarikat, bertujuan membawa impak positif kepada peningkatan kesihatan kanak-kanak merentas rantau Asia.

Edisi pertama program ini diperkenalkan di empat daripada 18 pasaran AIA iaitu Australia, Hong Kong, Thailand dan Vietnam.



Peserta program AIA Healthiest Schools (AHS) pada bengkel AHS dikendalikan AIA Malaysia dengan kerjasama rakan pendidikan, LeapEd.

Imbas kod QR di bawah untuk maklumat lanjut mengenai program AHS dan bagaimana untuk mengakses sumber pengajaran yang boleh dimuat turun secara percuma

