

UNIT 1.1

PENGENALAN SAINS SUKAN

MODUL PBD PRAKTIS DSKP

1.1.1 Mentakrif Sains Sukan TP1

Lengkapkan pernyataan dengan pilihan jawapan di bawah ini.

i-THINK Peta Alir

TAKRIFAN SAINS SUKAN

1 Sains Sukan ialah aplikasi _____
idea serta _____ ke atas
aktiviti sukan (Cheah, 1995).

2 Sains sukan ialah aplikasi _____
_____ untuk sukan dan
senaman yang dicapai melalui salah satu
daripada tiga cabang sains atau melalui
pendekatan _____
(British Association of Sport and
Exercise Sciences, 2006).

3 Sains sukan ialah satu bidang _____
_____ berkenaan
dengan pemahaman dan _____
_____ manusia. Bidang ini
termasuklah pengetahuan, kaedah, dan
aplikasi subdisiplin kajian _____
_____ serta bagaimana
mereka berinteraksi (Exercise and Sport
Science Australia, 2010).

4 Sains Sukan sebagai satu disiplin yang mengkaji bagaimana _____
yang sihat berfungsi semasa _____ dan bagaimana sukan serta
_____ menggalakkan kesihatan daripada perspektif seluruh
badan (Kent, 2006).

- badan manusia
- multi disiplin
- prinsip-prinsip saintifik

- pengetahuan sains
- latihan
- pergerakan manusia

- aktiviti fizikal
- pengetahuan sains
- peningkatan prestasi

Aktiviti PAK-21 Senarai semak

- Murid menandakan item-item dalam senarai untuk menunjukkan kefahaman mereka.