

Latih Senam Pagi Babinsa Budayakan Hidup Sehat Jasmani Dan Rohani Di Madrasah

yudik - SUMENEP.INDONESIASATU.CO.ID

Mar 6, 2022 - 09:22



SUMENEP - Untuk mendukung proses pembelajaran yang sehat dan memberikan penyegaran dan rasa segar pada seluruh komponen serta untuk mengembangkan bakat dan melatih siswa dalam berolahraga, Babinsa 0827/14 Batang-Batang Serda Valdino melatih Siswa-Siswi Pondok Pesantren Toyyiba di Desa Legung Timur Kecamatan Batang-Batang Kabupaten Sumenep, Minggu (06/03/2022).

Kegiatan ini biasa dilakukan pada setiap hari minggu. Dalam pelaksanaan program ini Babinsa di wilayah tersebut beserta Guru yang ada di Madrasah dengan semangat memberikan dan membimbing siswa/siswi untuk melakukan senam pagi. Hal ini selain membiasakan berolahraga juga mendidik lebih disiplin dalam pembelajaran serta sehat jasmani dan rohani.



Senam pagi yang dilaksanakan disambut antusias oleh siswa-siswi madrasah dan dewan guru. kegiatan yang sudah menjadi rutinitas ini, dilaksanakan secara bersama di Pondok Pesantren Toyyiba. Selain dengan nutrisi makanan yang bergizi dan istirahat cukup, olahraga senam adalah satu kegiatan yang paling berpengaruh dalam mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak anak dan juga dapat melancarkan peredaran darah, sehingga siswa-siswi lebih sehat dan segar, mencegah agar tidak mengantuk dan bermalas-malasan di kelas.

Serda Valdino mengatakan senam rutin ini wajib diikuti oleh seluruh siswa/siswi di madrasah tersebut. Menurut Serda Valdino selain melatih siswa/siswi menyukai olahraga senam juga sebagai kegiatan positif yang bisa menyelamatkan dan menyehatkan badan juga salah satu mata pelajaran yang diajarkan.