PELAJARAN 18

MEMANFAATKAN NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG

NURUL HANI AWANG NILA
NORAMIRAH KAMARUDDIN
WAN AINA MARDHIYAH WAN ABDUL AZIZ
NURUL HAZWANI SHUHAIMI

ISI KANDUNGAN

01 HADIS DAN INTISARI HADIS

02 PENGERTIAN NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG

03 KEPERLUAN MENJAGA DAN MEMANFAATKAN NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG

04 KEPENTINGAN MENSYUKURI NIKMAT ALLAH

05 USAHA UNTUK MEMANFAATKAN KESIHATAN DAN MASA LAPANG DALAM KEHIDUPAN

01

HADIS DAN INTISARI HADIS

DARIPADA IBN ABBAS BERKATA, NABI TELAH BERSABDA : “DUA NIKMAT YANG KEBANYAKAN MANUSIA SERING TERPEDAYA IAITU NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG”

-RIWAYAT AL BUKHORI-

INTISARI HADIS :

1. KEBANYAKAN MANUSIA SERING KALI TERTIPU DAN TERPEDAYA DENGAN NIKMAT KESIHATAN DAN MASA LAPANG.
2. USAHA DAN AMALAN AKAN MENJADI SIA-SIA SEKIRANYA MENINGGALKAN SURUHAN AGAMA.
3. MANUSIA DITUNTUT MEMANFAATKAN MASA LAPANG DAN KESIHATAN DENGAN AKTIVITI YANG DISUKAI ALLAH DAN RASULNYA.

02

PENGERTIAN NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG

NIKMAT SIHAT

- SIHAT ADALAH SUATU KEADAAN SESEORANG ITU TIDAK MENGHADAPI SEBARANG PENYAKIT.
- MANUSIA BERADA DALAM KERUGIAN APABILA KESIHATANNYA TIDAK DIGUNAKAN UNTUK MELAKUKAN KEBAIKAN DAN KEBAJIKAN.

MASA LAPANG

- ❖ MASA LAPANG ADALAH KEADAAN SESEORANG YANG TIADA SESUATU PEKERJAAN YANG HENDAK DILAKUKAN.
- ❖ MASA YANG BERLALU PERGI TIDAK AKAN KEMBALI LAGI.
- ❖ SEMUA PERKARA BERGANTUNG KEPADA KETENTUAN MASA, SAMADA MEMBERI KEUNTUNGAN ATAU KERUGIAN SEHINGGAKAN MASA DIIBARATKAN SEPERTI EMAS.

03

KEPERLUAN MENJAGA DAN MEMANFAATKAN NIKMAT SIHAT DAN MASA LAPANG

KEPERLUAN MENJAGA NIKMAT SIHAT

1

ISLAM MENYARANKAN UMATNYA MENJAGA KESIHATAN KERANA SEGALA AKTIVITI DAN RUTIN HARIAN DAPAT DILAKSANAKAN DENGAN AKTIF DAN CERGAS KERANA BEBAS DARIPADA MASALAH KESIHATAN

2

KEMPEN GAYA HIDUP SIHAT, PEMAKANAN BERKHASIAT DAN AKTIVITI RIADHAH MEMBANTU MASYARAKAT KEKAL SIHAT DAN PROAKTIF DALAM PEKERJAAN

3

MEMELIHARA FUNGSI AKAL SUPAYA MANUSIA DAPAT BERFIKIR DENGAN LEBIH KREATIF DAN INOVATIF

KEPERLUAN MEMANFAATKAN MASA LAPANG

- HARGAI MASA LAPANG DENGAN MELAKUKAN PERKARA YANG BERMANFAAT KERANA MANUSAI YANG BIJAK DAPAT MENGURUSKAN MASA DENGAN BETUL DAN BERKUALITI.
- PEMBAHAGIAN MASA LAPANG YANG BETUL MERANGKUMI WAKTU BERIBADAH, WAKTU BELAJAR, BERIADHAH BERSAMA KELUARGA DAN KAWAN-KAWAN SERTA AKTIVITI BERSAMA MASYARAKAT
- KECUAIAN DAN KEGAGALAN MENGURUSKAN MASA DENGAN BETUL MENGAKIBATKAN BANYAK URUSAN DAN AKTIVITI TERGENDALA

04

KEPENTINGAN MENSYUKURI NIKMAT ALLAH

BERSYUKUR KERANA MENDAPAT NIKMAT ALLAH ADALAH SATU KEWAJIPAN SETIAP HAMBA ALLAH

MENDIDIK DIRI MENJADI INSAN TAWADHU' KERANA BERSIFAT RENDAH DIRI DAN TAHU MENGHARGAI ORANG LAIN

MENINGKATKAN HASIL PRODUKTIVITI KERJA KERANA INGIN MENGEKALKAN KREATIVITI DAN KUALITI YANG DIMILIKI

MENINGKAT DAN MEMAJUKAN EKONOMI NEGARA KERANA PENGLIBATAN DAN SUMBANGAN RAKYAT YANG SIHAT DAN BERKEMAHIRAN

05

USAHA UNTUK MEMANFAATKAN KESIHATAN DAN MASA LAPANG DALAM KEHIDUPAN

USAHA-USAHA MEMANFAATKAN KESIHATAN

INDIVIDU

- MEMPERUNTUKKAN WAKTU REHAT YANG MENCUKUPI DAN BERKUALITI
- MEMBUAT PEMERIKSAAN KESIHATAN SEBAGAI LANGKAH PENCEGAHAN AWAL PENYAKIT

MASYARAKAT

- MELUANGKAN MASA BERIADHAH BERSAMA KELUARGA UNTUK MENGERATKAN SILATURRAHIM
- AHLI KELUARGA MEMBERSIH KAWASAN RUMAH UNTUK KEHIDUPAN YANG SEJAHTERA.

NEGARA

- MENGADAKAN KEMPEN PEMAKANAN HALALAN TOYYIBA UNTUK MEMBINA KESIHATAN YANG BERKUALITI
- MENGUATKUASA KAWASAN LARANGAN MEROKOK SECARA EFEKTIF DAN EFISYEN

USAHA-USAHA MEMANFAATKAN MASA LAPANG

INDIVIDU

- MEMPERBANYAKKAN ZIKRULLAH SEBAGAI TANDA HAMBA YANG BERTAQWA
- MEMBACA BUKU ILMIAH UNTUK MERANGSANG MINDA DAN JIWA YANG POSITIF

MASYARAKAT

- ANGGOTA MASYARAKAT MENGADAKAN AKTIVITI YANG BERMANFAAT SEPERTI GOTONG ROYONG MEMBERSIHKAN KAWASAN PERUMAHAN DAN KAWASAN MASJID.
- KOMUNIITI MENGADAKAN AKTIVITI BERIADHAH BERSAMA RAKAN DAN KELUARGA

NEGARA

- KERAJAAN MENGADAKAN PROGRAM YANG BERMANFAAT KEPADA MASYARAKAT SEPERTI HARI SUKAN NEGARA DAN KEMPEN MEMBACA
- AGENSI KERAJAAN MELANCARKAN DAN MENYEDIAKAN INFRASTRUKTUR YANG BERMANFAAT UNTUK AKTIVITI MASYARAKAT YANG BERMANFAAT SEPERTI PUSAT REKREASI DAN KOMOLEKS SUKAN

PENGAJARAN
HADIS

UMAT ISLAM WAJIB BERSYUKUR KEPADA ALLAH YANG TELAH MENGANUGERAHI PELBAGAI NIKMAT SPT SIHAT DAN MASA LAPANG

MURID MESTI MENGGUNAKAN MASA LAPANG DAN NIKMAT SIHAT DENGAN MENUNTUT ILMU DAN BERBAKTI KEPADA IBU BAPA, MASYARAKAT DAN NEGARA

KITA SEWAJARNYA MEMANFAATKAN NIKMAT YANG DIPEROLEHI DENGAN BETUL DAN SEBAIK-BAIKNYA SUPAYA TIDAK MENGUNDANG PENYESALAN PADA MASA HADAPAN

MASYARAKAT DISARANKAN AGAR MENJAGA KESIHATAN DENGAN MELAKUKAN AKTIVITI YANG BERFAEDAH SPT BERIADHAH DAN MENJAGA PEMAKANAN SUPAYA DIRI KEKAL SIHAT DAN CERGAS

SEKIAN

TERIMA KASIH

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo,** including icons from **Flaticon,** infographics & images by **Freepik.**