



UPNM

National Defence University of Malaysia
Kewajipan • Maruah • Integriti

AKADEMI KECERGASAN PERTAHANAN



DIPLOMA KECERGASAN PERTAHANAN (DKP)

HUBUNGI KAMI

Akademi Kecergasan Pertahanan
Bangunan PTMK Tingkat 2
Universiti Pertahanan Nasional Malaysia
Kem Sungai Besi
57000 Kuala Lumpur Malaysia



Akademi Kecergasan Pertahanan



https://www.instagram.com/akp_upnm/



03-90513400/2122/5045/2539

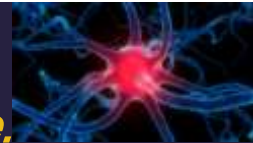


<https://akp.upnm.edu.my>

SINOPSIS PROGRAM

Program Diploma Kecergasan Pertahanan (DKP) menyediakan pelajar dengan pengetahuan Sains Sukan yang diperlukan untuk kerjaya dalam industri sukan, kecergasan, kesihatan, dan/atau mana-mana industri yang secara langsung atau tidak langsung berkaitan dengan bidang sukan/kecergasan seperti badan beruniform. Program ini merangkumi pelbagai disiplin Sains Sukan dan aplikasi saintifik untuk memahami sains senaman yang boleh meningkatkan prestasi sukan/kecergasan fizikal dan kesihatan. Sepanjang program ini pelajar akan didedahkan dengan mata pelajaran seperti Anatomi dan Fisiologi, Psikologi Sukan, Pengurusan Sukan, Prinsip Kejurulatihan, Latihan Suaian Fizikal, Kecederaan Sukan, Pemakanan Sukan, Urutan Sukan, Rehabilitasi Kecederaan serta kegiatan rekreasi luar seperti Renang, Sukan Lasak dan Asas Ikhtiar Hidup.

Science is organized knowledge.



PELUANG KERJAYA

- Mempunyai peluang untuk bekerja sebagai Penolong Pegawai Belia dan Sukan di pelbagai agensi seperti Majlis Sukan Negara, Institut Sukan Negara, Kementerian Belia dan Sukan, Badan Beruniform, Pusat Sukan Institut Pengajian Tinggi serta Jurulatih Kecergasan, Jurulatih Sukan dan Pusat Rekreasi

TEMPOH PENGAJIAN

2 tahun 6 bulan

6 semester (5 semester lazim, 1 semester pendek)



SASARAN PELAJAR

- ✓ Cawangan-cawangan Jasmani ATM
- ✓ Akademi Latihan Ketenteraan (ALK)
- ✓ Majlis Sukan Angkatan Tentera
- ✓ Majlis Sukan Negeri/Negara
- ✓ Institut Sukan Negara
- ✓ Anggota beruniform
- ✓ Persatuan-Persatuan Sukan Kebangsaan/Negeri
- ✓ Instruktur Kecergasan Agensi Swasta
- ✓ Jurulatih Sukan di IPTA/IPTS

SYARAT KEMASUKAN

A. SYARAT AM UNIVERSITI

Lulus peperiksaan Sijil Pelajaran Malaysia atau setaraf dengan mendapat sekurang-kurangnya LIMA (5) kepujian termasuk Bahasa Melayu dan lulus dalam mata pelajaran Sejarah dalam peperiksaan SPM.

B. SYARAT KHAS PROGRAM

Mendapat sekurang-kurangnya Kejujian Gred C dalam mata pelajaran berikut:

- Bahasa Melayu
- Sejarah / Geografi
- Mana-mana dua (2) mata pelajaran selain daripada mata pelajaran di atas

Mendapat sekurang-kurangnya LULUS dalam salah satu (1) mata pelajaran berikut:

- Bahasa Inggeris
- Matematik
- Matematik Tambahan

Lulus ujian amali, temu duga dan pemeriksaan kesihatan yang ditetapkan jika perlu

ATAU

Calon yang aktif dalam bidang sukan seperti menjadi Jurulatih atau Instruktur yang sedang berlatih/melatih mana-mana sukan di peringkat negeri/kebangsaan. Keutamaan diberikan kepada mereka yang telah mempunyai sijil yang berkaitan dengan sains sukan/sains kejurulatihan/kejurulatihan sukan spesifik;

ATAU

Terbuka kepada jurulatih-jurulatih jasmani ATM atau mana-mana agensi beruniform yang telah berkhidmat sekurang-kurangnya 5 tahun ke atas, syarat kemasukan untuk kumpulan ini adalah berdasarkan kepada kelayakan SPM atau syarat kemasukan khas iaitu di bawah Accreditation of Prior Experiential Learning (APEL).

BAHASA PENYAMPAI

Bahasa Melayu
Bahasa Inggeris

MOD PENYAMPAIAN KURSUS

Kerja Kursus

KAEDAH PENYAMPAIAN PROGRAM

Pengajaran termasuk kuliah, seminar, tutorial dan makmal.

Penilaian termasuk penilaian berterusan sebagai contoh tugas individu, laporan makmal, pembentangan, kuiz dan ujian serta peperiksaan akhir.



STRUKTUR KURSUS PROGRAM DKP

KURSUS	KREDIT
Kursus Universiti:	
i. Kursus Teras Universiti	14
Kursus Teras Program:	
i. Teras Fakulti	61
Kursus Elektif Program	15
JUMLAH KREDIT UNTUK BERGRADUAT	90

SENARAI KURSUS TERAS – 61 KREDIT

- ✓ Kewartawanan Sukan
- ✓ Pemasaran Sukan
- ✓ Asas Ikhtiar Hidup dalam Sukan Pertahanan
- ✓ Pengurusan Acara Sukan
- ✓ Kemahiran Ikhtisas Renang
- ✓ Kemahiran Ikhtisas Menembak
- ✓ Kemahiran Ikhtisas Ragbi
- ✓ Kemahiran Ikhtisas Sukan Lasak
- ✓ Kemahiran Ikhtisas Tempur Tanpa Senjata
- ✓ Pengenalan Ketangkasan Pertahanan
- ✓ Asas Psikologi Dalam Latihan
- ✓ Asas Metodologi Kejurulatihan Pertahanan
- ✓ Asas Fisiologi Kecergasan
- ✓ Anatomi Fizikal dalam Latihan Lasak
- ✓ Pengurusan Kejurulatihan
- ✓ Instruktur Gimnasium

- ✓ Rawatan Kecederaan Dalam Latihan Pertahanan
- ✓ Nutrisi Kecergasan
- ✓ Asas Urutan Sukan
- ✓ Latihan Industri

SENARAI KURSUS ELEKTIF – 15 KREDIT

- ✓ Kepegawaian Sukan
- ✓ Rehabilitasi dalam Latihan Pertahanan
- ✓ Pengurusan Latihan Pertahanan
- ✓ Isu dalam Latihan Pertahanan
- ✓ Asas Latihan Sukan

SENARAI KURSUS TERAS UNIVERSITI – 14 KREDIT

- ✓ Asas Sejarah Tentera
- ✓ Asas Fiqh Keutamaan/ Hak Asasi Manusia
- ✓ Asas Komunikasi Lisan
- ✓ Penghayatan Etika dan Peradaban
- ✓ Asas Kepimpinan
- ✓ Pengenalan Asas Keusahawanan

KADAR YURAN PENGAJIAN

YURAN SEKALI DALAM PENGAJIAN	
Yuran Pendaftaran	RM 150
Yuran Perkhidmatan	RM 250
Yuran Alumni	RM 100
Yuran Konvokesyen	RM 250
Yuran Peperiksaan	RM 700
Insuran	RM 50
TOTAL	RM 1500



KADAR YURAN DIPLOMA KETANGKASAN PERTAHANAN

Semester Pendek	Semester 1	Semester 2	Semester 3	Semester 4	Semester 5
8	19	18	18	20	7
8 KDT X RM 300	19 KDT X RM 300	18 KDT X RM 300	18 KDT X RM 300	20 KDT X RM 300	7 KDT X RM 300
RM 2400	RM 5700	RM 5400	RM 5400	RM 6000	RM 2100
JUMLAH = RM 27 000					
*Yuran per kredit = RM 300					