



OLAHRAGA (SPR 1922)

KEPEGAWAIAN OLAHRAGA

KEJOHANAN OLAHRAGA TAHUNAN SEKOLAH

SYAHRUL RIDHWAN MORAZUKI



PENASIHAT

Pengetua / Guru Besar

PENGURUS KEJOHANAN

- Penolong Kanan Kokurikulum

Tugas:

- 1) Bertanggungjawab terhadap kelicinan perjalanan kejohanan (keseluruhan).
- 2) Memastikan semua pegawai melaporkan diri.
- 3) Melantik pengganti bagi pegawai yang gagal hadir

PENGURUS KEJOHANAN

- 4) Berkuasa menyingkirkan pegawai yang tidak mematuhi peraturan.
 - 5) Berkuasa membuat pindaan kejohanan – atas sebab-sebab munasabah.
 - 6) Bekerjasama dengan Pengawas Balapan untuk menentukan individu berkenaan sahaja yang berada dalam kawasan pertandingan
-

PENGURUS TEKNIK

- Setiausaha Sukan

Tugas:

1) Memastikan persediaan:

- a) **balapan** untuk acara trek
- b) **kawasan acara balingan & lompatan**

2) Menentukan ukuran kawasan pertandingan

- a) Bulatan balingan, landas lari & garisan di balapan (lorong)

3) Memastikan semua **peralatan** sukan yang digunakan sesuai dan mengikut peraturan

4) Menyediakan borang-borang teknik

PANEL JURI RAYUAN

- ❑ Sekurang-kurangnya 3 orang (tidak melebihi 5 orang)

- ❑ Fungsi:
 - **Menyelesaikan** semua **bantahan atau rayuan** yang dikemukakan oleh peserta atau pasukan yang bertanding

- ❑ Terdiri daripada **individu yang berkecuali**:
 - Penolong Kanan Kokurikulum
 - Seorang Guru Kanan
 - Setiausaha Sukan Sekolah

REFERI (BALAPAN & PADANG)

- Guru-guru yang berpengalaman
- Pegawai undangan

Tugas:

1. Memastikan peraturan dipatuhi serta membuat keputusan sekiranya timbul masalah tidak jelas tentang peraturan.
2. Menyemak dan mengesahkan semua keputusan pada borang keputusan.
3. Membuat keputusan terhadap bantahan berkaitan pengendalian pertandingan.

4. Berkuasa memberi arahan atau menyingkirkan peserta yang didapati berkelakuan tidak senonoh
 - Kad **kuning** : amaran
 - Kad **merah** : penyingkiran
5. **Berkuasa membatalkan acara dan menjadualkannya semula**
6. **Menukar tempat pertandingan bagi acara padang** jika keadaan memerlukan. Penukaran hanya dilakukan selepas satu pusingan tamat
7. **Melengkapkan dan menandatangani kad keputusan** dan serahkan kepada Pengerusi Pertandingan/Pencatat Keputusan Kejohanan (*Setelah selesai sesuatu acara*)

KETUA HAKIM (BALAPAN & PADANG)

- Guru-guru yang berpengalaman
- Pegawai undangan

Tugas:

- a) Mengagihkan dan menyelaras tugas hakim
- b) Mengesahkan keputusan setelah sesuatu acara selesai
- c) Menandatangani dan menyerahkan kad keputusan kepada Referi berkenaan untuk tindakan seterusnya

Hakim Balapan

Tugas:

- Bertanggungjawab ke atas semua acara trek dan acara jalan raya
- **Memerhati, mencatat & menentukan kedudukan** setiap peserta dalam sesuatu acara
- **Mencatat** maklumat yang berkaitan pada **borang keputusan** acara balapan untuk tindakan Ketua Hakim

Hakim Padang

Tugas:

- Menghakim pertandingan acara padang mengikut peraturan
- **Mengukur dan merekod** semua percubaan atlit
- Menyemak catatan pada setiap pusingan/peringkat
- **Menunjukkan isyarat sah** (angkat bendera putih) atau tidak sah (angkat bendera merah).
- **Jika rekod berjaya dicipta**, tiga orang hakim akan membuat ukuran (acara padang).

PENGADIL

- Guru-guru sekolah
- Staf sokongan / sukarelawan

Tugas:

- i. Bertugas di bawah seorang Ketua Pengadil & merupakan pembantu kepada Referi tanpa kuasa untuk membuat keputusan
- ii. Memastikan peserta yang bertanding tidak melanggar peraturan acara:
 - berlari mengikut lorong masing-masing
 - tiada kesalahan semasa pertukaran baton

PENGADIL

- iii. **Melaporkan** kepada Referi secara bertulis kes-kes *foul* dan pelanggaran peraturan
- iv. **Mengangkat bendera** putih atau merah (batal)

KETUA PENJAGA MASA

➤ Guru sekolah / sukarelawan

Tugas:-

1. Mengagih tugas kepada semua penjaga masa.
2. Memastikan semua penjaga masa menjalankan tugas dengan baik dan sempurna
3. Mendapatkan semua keputusan dan membuat rumusan setelah selesai setiap acara.
4. Membuat keputusan rasmi dengan mengisi borang “Laporan Ketua Penjaga Masa” – hantar borang kepada Raferi Balapan/Ketua Hakim.

Laporan Ketua Penjaga Masa

No. Acara: _____ Saringan / Akhir ()

Acara : _____ (L / W)

Rekod : _____

Tempat	Jam 1	Jam 2	Jam 3	Masa Rasmi
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

Catatan:

Tandatangan Ketua Penjaga Masa

PENJAGA MASA

1. **Tugas:**
 - **Mencatat masa** peserta dalam setiap acara balapan (catatan merujuk pada masa jam sendiri)
 - **Menyimpan rekod** catatan pada jamnya sehingga diperiksa
 - Mengisi maklumat dalam **borang penjaga masa** – diserahkan pada Ketua Penjaga Masa

2. **Tidak digalakkan berbincang, membanding atau menunjukkan masa** yang dicatatkan kepada penjaga masa yang lain

3. **Digalakkan terdapat:**
 - **tiga penjaga masa** ialah bagi **tempat pertama hingga ketiga** (jam 1, jam 2 dan jam 3),
 - **dua penjaga masa** untuk tempat **ke-4 dan ke-5** (jam 1 dan jam 2)
 - **seorang penjaga masa** untuk tempat **ke-6**

Laporan Penjaga Masa

No. Acara: _____ Saringan / Akhir ()

Acara : _____ (L / W)

Tempat Lorong No. Peserta	
Jam 1 / 2 / 3	

Tandatangan Ketua Penjaga Masa

Tarikh: _____

Kaedah Ketua Penjaga Masa Membuat Keputusan

1. sekiranya **tiga jam mencatatkan masa** sesuatu tempat (misalnya tempat pertama) dan ketiga-tiga penjaga masa mencatatkan masa yang **berlainan**, maka **masa pertengahan dipilih** sebagai masa rasmi.
2. sekiranya **2 jam mencatatkan masa yang berlainan**, maka **masa yang lambat akan dipilih** sebagai masa rasmi
3. sekiranya **masa tempat ketiga lebih baik daripada tempat kedua**, **masa tempat ketiga dibatalkan**

PELEPAS

Bertanggungjawab untuk memulakan semua acara trek

Mempunyai kawalan sepenuhnya terhadap peserta-peserta daripada peringkat awal sehingga dilepaskan

Hendaklah berada ditempat yang dapat dilihat oleh semua **penjaga masa & hakim** di garisan penamat

Memutuskan untuk memberi amaran dan pembatalan permulaan dilakukan

Dibantu oleh **Pelepas Panggil Balik**

Pelepas Panggil Balik

- Memerhati dengan jelas setiap peserta yang diawasinya
- Berfungsi sebagai individu yang akan memanggil balik peserta jika berlaku 'false start'
- Melaporkan sebarang pelanggaran peraturan kepada Pelepas

Penolong Pelepas

Tugas:

- Memeriksa & memastikan penyertaan peserta (Cth: lorong, nombor peserta)
- Memaklumkan pada Pelepas jika berlaku 'false start'
- Menyediakan baton untuk pelari pertama bagi acara berganti-ganti
- Memberi **isyarat sedia** pada Pelepas jika semua peserta sudah bersedia

Penyelia Peserta

- Menyemak kehadiran peserta
- Mencatat maklumat pada borang penyelia peserta
- Memaklumkan pada Penolong Pelepas jika ada peserta menarik diri

Perakam / Pencatat Keputusan

- Merekodkan semua keputusan yang diterima daripada Referi atau Ketua Hakim di dalam buku/borang keputusan rasmi
- Menyampaikan keputusan rasmi kepada juruacara
- Semua keputusan rasmi yang dikumpul disampaikan kepada Pengurus Kejohanan

Juruhebah

- Mengumumkan peserta-peserta yang akan mengambil bahagian
- Butiran yang patut diumumkan:
 - Nombor Acara
 - Acara
 - Kumpulan/Kelas
 - Nombor Lorong
 - Nama Peserta
 - Pasukan
 - Pencapaian (masa, jarak atau tinggi)

Peraturan-Peraturan Umum

Nombor, Kasut dan Pakaian (Peraturan KOAM/IAAF 139)

Nombor peserta

- Dilekapkan di depan dan belakang pakaian

Kasut

- Tidak wajib dipakai
- Boleh pakai sebelah kasut
- Spike yang 11 paku sahaja boleh digunakan

Pakaian

- Mesti berpakaian
- Tidak mengganggu hakim untuk membuat keputusan
- Tidak menampakkan tubuh badan jika basah

Stadium Olahraga (Peraturan 137)

- Trek:
 - 400m dan 200m
 - Di sekolah boleh guna 200m
 - Permukaan rata
 - Pertandingan anjuran KOAM/IAAF mesti di trek sintetik mengikut spesifikasi yang ditetapkan IAAF

Trek dan Lorong (Peraturan 161)

- Jarak trek tidak kurang daripada 400m
- Lebar tidak kurang daripada 7.32m
- Sebelah dalam trek dibendulkan atau di tanda dengan lain-lain benda
- Jika trek berumput, bendera mesti dipacakkan setiap 5m
- Lebar setiap lorong di antara 1.22m – 1.25m lebar garisan adalah 5 cm

Peraturan 163 (Lompat Berpagar)

- Terdapat 10 pagar di sepanjang trek.
- Pelari berlari dalam lorong masing-masing
- Larian dikira batal jika:
 - Heret kaki di bawah alang pagar
 - Tendang pagar atau tolak pagar
 - Masuk lorong lain

Men, Junior Men and Youth Boys

Distance of race	Distance from start line to first hurdle	Distance between hurdles	Distance from last hurdle to finish line
110m	13.72m	9.14m	14.02m
400m	45.00m	35.00m	40.00m

Women, Junior Women and Youth Girls

Distance of race	Distance from start line to first hurdle	Distance between hurdles	Distance from last hurdle to finish line
100m	13.00m	8.50m	10.50m
400m	45.00m	35.00m	40.00m

Peraturan 166 (Acara Berganti-ganti)

- Acara 4x100m pelari mesti berlari dalam lorong masing-masing
- Acara 4x200m pelari pertama dan kedua berlari ikut lorong manakala pelari ketiga dan keempat boleh tukar lorong
- Acara 4x400m pelari pertama berlari ikut lorong dan pelari kedua berlari dalam lorong sendiri sehingga selekoh pertama sahaja

Peraturan 171 (Lompat Tinggi)

- Peserta cabut undi untuk tentukan giliran lompatan
- Tinggi permulaan dibuat ikut peserta yang paling lemah
- Kegagalan melompat adalah kerana keadaan berikut:
 - Palang jatuh
 - Menyentuh palang sebelum buat lompatan
 - Gagal melepasi palang 3 kali berturut-turut
- Kenaikan tinggi 2 cm atau lebih sehingga keadaan berikut:
 - Sehingga seorang pelompat tertinggal
 - Kedudukan seri pada lompatan pertama

Peraturan 145 (Mengukur Ketinggian)

- Bacaan diambil pada tengah palang
- Ukuran kurang dari 1 cm diabaikan

Peraturan 173 (Lompat Jauh)

- Jika ada 8 peserta atau lebih, 3 kali percubaan diberikan.
- Jika bilangan peserta kurang daripada 8 orang, 6 percubaan diberikan
- Pembatalan berlaku jika:
 - Melonjak di luar kawasan papan lonjak
 - Kaki melebihi papan lonjak
 - Semasa mendarat menyentuh luar kawasan mendarat yang lebih dekat dengan papan lonjak
 - Selepas mendarat berjalan keluar melalui bahagian terdekat dari titik pendaratan

Peraturan 145 (Mengukur Jarak)

- Ukuran terdekat dari kawasan mendarat ke bahagian papan lonjak
- Ukuran kurang dari 1 cm di abaikan

Peraturan 174 (Lompat Kijang)

- Meloncat, melangkah dan melompat
- Jika ada 8 peserta atau lebih, 3 kali percubaan diberikan.
- Jika bilangan peserta 8 orang atau kurang, 6 percubaan diberikan
- Pembatalan berlaku jika:
 - Melonjak di luar kawasan papan lonjak
 - Kaki melebihi papan lonjak
 - Semasa mendarat menyentuh luar kawasan mendarat yang lebih dekat dengan papan lonjak
 - Selepas mendarat berjalan keluar melalui bahagian terdekat dari titik pendaratan

Peraturan 186 (Merejam Lembing)

- Rejam lembing melalui atas bahu
- Tidak boleh membelakangkan tempat rejaman sehingga lembing mendarat
- Tidak dibenarkan memakai sarung tangan
- Pembatalan berlaku dalam keadaan berikut:
 - Selepas rejam, kaki menyentuh garisan atau kerkeluar dari landasan larian
 - Rejaman diluar sektor atau kena garisan sektor
 - Keluar melalui bahagian landasan lari
 - Lembing tidak jatuh pada bahagian kepala atau terseret

Peraturan 181 (Lontar Peluru)

- Dilontar dari bahu dengan satu tangan
- Lontaran dibuat dari dalam bulatan
- Pembatalan berlaku jika:
 - Pelontar sentuh mana-mana kawasan di luar bulatan dan penyendal
 - Keluar dari bahagian depan bulatan selepas melontar
 - Masa 1 minit diperuntukkan untuk atlit melontar
 - Bendera kuning diangkat 15 saat sebelum tempoh dibenarkan tamat
 - Jika atlit ingin melontar 2 kali berturut-turut, masa 2 minit diberikan untuk lontaran kedua dibuat

Peraturan 182 (Lempar Cakera)

- Cakera dilempar dalam keadaan pegun
- Lemparan dibuat dari dalam bulatan
- Pembatalan berlaku jika:
 - Atlit sentuh mana-mana kawasan di luar bulatan
 - Keluar dari bahagian depan bulatan selepas melempar
 - Masa 1 minit diperuntukkan untuk atlit melontar

SEKIAN

Rujukan

- Wee Eng Hoe (1998). Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesihatan. Penerbit Fajar Bakti Sdn Bhd.
- Wee Eng Hoe (2002). Panduan pengajaran olahraga kepegawaian dan kejurulatihan. Karisma Publications Sdn.Bhd
- <http://msspp.com/userbox/Microsoft%20Word%20-%20Panduan%20Pengelolaan%20Sukan%20Olahraga%20Sekolah.pdf>
- http://epic.oum.edu.my/epic_upload/resources/HBEF2703/20120106120451_Peraturan%20Am%20dan%20Bidang%20Tugas%20JK%20Teknik%20Kejurulatihan.pdf