

BAHAGIAN A**20 MARKAH****PERANAN DAN TUGAS PEGAWAI KEJOHANAN**

Soalan 1 - 10 : Pilih jawapan yang tepat dan tuliskan huruf jawapan itu dalam kotak yang telah disediakan.

Soalan 11 - 20 : Isi ruang kosong dengan jawapan yang betul.

A	Wakil Teknikal	G	Referi Bilik Panggilan	N	Pengurus Teknikal
B	Pengurus Persembahan Acara	H	Referi Acara Campuran	P	Penjaga Alat penyukat Angin
C	Wakil Perubatan	J	Referi Padang	Q	Pengawas
D	Pengarah Pertandingan	K	Referi Video	R	Pengadil-pengadil
E	Pengurus Kejohanan	L	Referi Mula	S	Pencatat Pusingan
F	Referi Balapan	M	Ketua Penjaga Masa	T	Hakim Balapan

1. hendaklah mempengerusikan Mesyuarat Teknikal dan memberi taklimat kepada semua pegawai teknikal jika diminta oleh penganjur.
2. Pegawai yang berkuasa untuk membuat pengesahan jantung seseorang atlet jika perlu adalah
3. bertanggungjawab terhadap kelicinan perjalanan sesuatu pertandingan.
4. Pegawai yang bertanggungjawab menyelaras segala aktiviti yang melibatkan juruhebah, pengendali papan skor, juru teknik audio dan video serta pegawai-pegawai Upacara Penyampaian Hadiah ialah
5. berkuasa menyingkirkan seorang atlet yang berkelakuan tidak senonoh dari pertandingan semasa berada di kawasan memanaskan badan.
6. mempunyai kuasa mutlak untuk mengisytihar sesuatu acara atau sebahagian daripada acara diadakan semula.

7. **Pegawai ini akan mengesahkan masa rasmi sesuatu perlumbaan sekiranya alat Elektronik tidak digunakan**
8. **.....adalah pegawai yang menentukan kedudukan atlet di penamat perlumbaan.**
9. **Bilangan yang secukupnya hendaklah dilantik untuk menyelia zon-zon pertukaran baton dalam perlumbaan lari berganti-ganti.**
10. **Dalam semua perlumbaan yang melibihi 1500m, hendaklah dilantik untuk merekodkan setiap pusingan yang telah dilengkapkan.**
11. **Pengagihan dan penyeliaan tugas kepada pasukan pelepas adalah tanggungjawab.....**
12. **Dalam acara padang.....akan menyelaraskan tugas-tugas Hakim.**
13. **..... yang dilantik adalah pegawai yang bertanggungjawab memastikan hanya orang yang berkenaan sahaja dibenarkan memasuki arena.**
14. **Pegawai yang menandatangani sebarang rekod bacaan tentang kelajuan angin adalah**
15. **..... boleh menyemak dan mengkaji semula sebarang keputusan yang dibuat di peringkat awal.**

16. yang bertanggungjawab untuk memastikan atlet bertanding dalam saringan atau perlumbaan yang betul dan nombor bib mereka dipakai dengan betul.
17. akan memanggil balik perlumbaan jika pelanggaran peraturan dikesannya.
18. Bagi acara-acara 800m dan keatas, isyarat pusingan terakhir kepada setiap atlet biasanya dengan membunyikan loceng oleh seorang
19. bertanggungjawab mengumpulkan semua keputusan dan maklumat penuh tiap-tiap acara.
20. hendaklah menentukan semua atlet memakai bib dengan cara betul dan tiada barang-barang yang tidak dibenarkan dibawa masuk ke arena.

BAHAGIAN B

20 MARKAH

PERATURAN-PERATURAN AM & ACARA BALAPAN

Soalan 1 – 10 Pilih jawapan yang tepat dan tuliskan huruf jawapan itu dalam kotak yang telah disediakan.

Soalan 11 – 20 Isi ruang kosong dengan jawapan yang betul.

1. Alat penyukat angin diperlukan untuk acara-acara ini kecuali

- | | |
|----------------|-----------------------------|
| A. 100m | B. 110m Lompat Pagar |
| C. 200m | D. 400m |

2. Rayuan kepada Juri Rayuan hendaklah dibuat dalam tempoh minit selepas pengumuman rasmi .

- | | |
|--------------|--------------|
| A. 60 | C. 30 |
| C. 45 | D. 20 |

3. Terdapat 18 orang atlet mengambil bahagian dalam perlumbaan 10,000m. Mereka akan dilepaskan serentak dalam dua kumpulan. Berapakah bilangan atlet untuk kumpulan satu dan kumpulan dua masing-masing?

- | | |
|--------------------|--------------------|
| A. 10 dan 8 | B. 9 dan 9 |
| C. 12 dan 6 | D. 11 dan 7 |

4. Blok Mula hendaklah digunakan untuk acara-acara seperti berikut kecuali

- A. 800m
B. 110m Lari Berpagar
C. 4 X 200m Lari Berganti-ganti
D. 400m

5. Dalam acara 2000m Lari Berhalangan, setiap pusingan penuh mesti mempunyai 5 lompatan dengan lompatan air sebagai lompatan yang ke

- A. 2
B. 3
C. 4
D. 5

6. Halaju angin bagi acara 110meter Lari Berpagar disukat dalam tempohsaat.

- A. 5
B. 10
C. 13
D. 15

7. Terdapat 37 orang peserta dalam acara 400m. Nyatakan bilangan saringan.

- A. 3
B. 4
C. 5
D. 6

8. Dalam perlumbaan Marathon, masa ditunjuk 2:15.43.91 hendaklah direkodkan sebagai

- A. 2:15.43.9
B. 2:15.44.1
C. 2:15.44
D. 2:15.45.0

9. Peringkat separuh akhir acara 200m tamat pada jam 3.00 petang. Peringkat akhirnya boleh dimulakan

- A. sebelum 3.45 petang
B. selepas 3.45 petang

Masa rasmi hendaklah dicatatkan sebagai :

19. Jawatankuasa Pengelola boleh menyediakan kemudahan minuman kepada peserta bagi acara-acaram atau lebih.
20. Senarai susunan peserta dalam acara lari berganti-ganti haruslah dimaklumkan kepada Hakim Bilik Panggilan dengan menggunakan borang sekurang-kurangnya sebelum.....mini

BAHAGIAN C

20 MARKAH

PERATURAN-PERATURAN AM & ACARA PADANG

Soalan 1 – 10 Pilih jawapan yang tepat dan tuliskan huruf jawapan itu dalam kotak yang telah disediakan.

Soalan 11 – 20 Isi ruang kosong dengan jawapan yang betul.

1. Dalam acara balingan, setiap atlet diberi percubaan latihan di tapak pertandingan mengikut giliran yang telah siap diundi dan diawasi oleh hakim-hakim kerana
 - A. memastikan keadaan keselamatan terkawal.
 - B. memastikan setiap atlet dapat melakukan percubaan latihan.
 - C. memastikan atlet-atlet tidak menggunakan peralatan selain daripada yang disediakan oleh pengelola.
 - D. memastikan setiap atlet melakukan dua percubaan sahaja.
2. Di antara berikut yang mana satu tidak dikira sebagai bantuan bagi seorang peserta dalam Acara- acara Balingan?
 - A. Penggunaan sarung tangan bagi acara Rejam Lembing dan Baling Tukul Besi.



- B. Penggunaan sarung tangan bagi acara Lontar Peluru.
- C. Penggunaan sarung tangan bagi acara Baling Tukul Besi.
- D. Penggunaan sarung tangan bagi acara Lempar Cakera.

3. Dalam acara Lompat Jauh, seorang Hakim di papan lonjak tersilap mengangkat bendera putih. Apakah pendapat anda?

- A. Biarkan saja keputusan itu.
- B. Mengangkat semula bendera merah.
- C. Memberi lompatan gantian.
- D. Memohon maaf kepada atlet yang terlibat.

4. Dalam acara Lompat Jauh, yang manakah berikut ini tidak sah?

- A. Kederasan angin adalah 2.4 m/saat.
- B. Selepas mendarat tangannya tersentuh luar kawasan mendarat, bawah dari aras kesan sentuhan kaki.
- C. Peserta melompat berkaki ayam.
- D. Peserta melonjak sebelum sampai ke papan lonjak.

5. Referi berkuasa untuk mengubah tempat pertandingan dalam acara Lempar Cakera selepas

- A. mendapat kebenaran dari Pengurus Kejohanan.
- B. mendapat persetujuan semua atlet.
- C. selesai satu pusingan.
- D. mendapat persetujuan pengurus-pengurus pasukan.

6. Pilih maksud yang betul bagi tanda-tanda yang digunakan dalam Kad Keputusan bagi acara Lompat Bergalah.

	Tanda-tanda	Maksud
A	O	Gagal
		Melangkau percubaan
	X	Berjaya dalam percubaan
B	O	Tidak membuat percubaan
		Melangkau percubaan
	X	Gagal

C	O	Berjaya dalam percubaan
		Melangkau percubaan
	X	Gagal
D	O	Melangkau percubaan
		Gagal
	X	Berjaya dalam percubaan

7. Urutan pergerakan lompatan dalam acara Lompat Kijang adalah

.....

- A. Kanan, Kanan, Kiri
- B. Kanan, Kiri, Kiri
- C. Kiri, Kanan, Kanan
- D. Kiri, Kanan, Kiri

8. Berapakah berat tukul bagi (a). Wanita Senior dan (b). Lelaki Senior?

	(a)	(b)
A	3.00 kg	5.00 kg
B	4.00 kg	7.26 kg
C	3.00 kg	7.26 kg
D	5.00 kg	7.26 kg

9. Pertandingan-pertandingan manakah yang wajib menggunakan kurungan?

- A. Tukul Besi dan Merejam Lembing.
- B. Melontar Peluru dan Melempar Cakera.
- C. Melontar Peluru dan Merejam Lembing.
- D. Tukul Besi dan Melempar Cakera.

10. Dalam acara Baling Tukul Besi, selain daripada ukuran diukur dengan pita keluli, ia boleh diukur dengan

.....

- A. Alat Elektronik Digital.
- B. Alat Pengukur Digital.

- C. Alat Pengukur Elektronik.
- D. Alat Pengukur Jarak Elektronik.



- 11. Dalam acara Lompat Kijang kederasan angin disukat untuk tempoh masa
.....
- 12. Pertandingan Kelayakan diadakan untuk acara Lontar Peluru. Mengikut Peraturan Teknikal KOM / IAAF, hendaklah sekurang-kurangnya orang atlet memasuki pertandingan Peringkat Akhir.
- 13. Seorang hakim yang mengawasi masa diperuntukkan untuk membuat percubaan akan mengangkat bendera kuning apabila tempoh masa hanya tinggal saat.
- 14. Dalam acara Lompat Bergalah, seri untuk tempat pertama diputuskan dengan mengadakan
- 15. Terdapat 6 peserta bertanding dalam acara Lompat Jauh. Berapakah percubaan yang dibenarkan bagi setiap peserta?
.....
- 16. Dalam acara Rejam Lembing, bilakah peserta dianggap telah selesai membuat satu rejaman?
.....
- 17. Dalam acara Lompat Bergalah atlet-atlet tidak dibenarkan menggunakan galah atlet lain kecuali.....
- 18. Dalam pertandingan kelayakan acara Merejam Lembing, setiap atlet diberi rejaman.

19. Kenaikan palang dalam acara Lompat Bergalah dipertandingan acara bercampur tidak boleh kurang dari

..... sm.

20. Dalam acara Lompat Jauh, semua atlet memakai nombor bib di dada dan di belakang kecuali seorang atlet hanya memakai satu nombor bib di belakang. Apakah tindakan anda sebagai Referi?

.....

.....

BAHAGIAN D

20 MARKAH

ACARA CAMPURAN / ACARA JALAN KAKI / PERLUMBAAN JALANRAYA / MERENTAS DESA

Soalan 1 - 10 : Pilih jawapan yang tepat dan tuliskan huruf jawapan itu dalam kotak yang telah disediakan.

Soalan 11 - 20 : Isi ruang kosong dengan jawapan yang betul.

1. Seorang peserta yang ingin menarik diri dari acara campuran pada hari yang kedua perlu memberitahu_____.

A. Referi B. Ketua Hakim

C. Pengurus Kejohanan D. Wakil Teknikal

2. Masa yang tercatat bagi pemenang acara Marathon ialah 2jam: 38:22.3 saat. Apakah masa rasmi?

A. 2 jam:39m B. 2 jam: 38:23s

C. 2 jam: 38m

D. 2 jam: 38:22.3s

3. Siapakah yang berkuasa untuk menyingkir seorang pelumba Jalan Kaki daripada pertandingan atas kesalahan teknik berjalan?

A. Hakim Jalan Kaki

B. Referi

C. Ketua Pengadil

D. Ketua Hakim Jalan Kaki

4. Berapakah bilangan minima Hakim Jalan Kaki, termasuk Ketua Hakim diperlukan untuk acara 20km jalan kaki?

A. 7

B. 9

C. 8

D. 6

5. Di sepanjang laluan acara Jalan Raya, terdapat stesyen berikut kecuali _____.

A. makanan

B. minuman

C. pembasahan

D. Persegaran

6. Terdapat 19 orang peserta yang mengambil bahagian dalam acara 10,000m Jalan Kaki. Bilangan minimum Pencatat Pusingan yang diperlukan adalah _____

A. 3

B. 2

C. 4

D. 5

7. Bagi acara Merentas Desa, selain daripada bahagian permulaan, lebar laluan disyorkan lebih kurang _____ meter.

14. Jarak Marathon adalah km.
15. Dalam perlumbahan Jalan Raya, peserta yang tersingkir mesti
.....
16. Litar pertandingan jalan kaki di luar stadium haruslah tidak boleh kurang dari _____ km dan tidak lebih dari _____ km.
17. Bagi semua acara melebihi 10km, stesyen minuman segar mestilah disediakan setiap..... km.
18. Dalam acara Jalan Raya yang melibatkan jumlah peserta yang ramai,
.....peringatan (warning) diberi sebelum acara ini dimulakan.
19. Bagaimanakah seseorang peserta Lumba Jalan Kaki dimaklumkan tentang kesalahan yang dilakukan pada papan pemakluman?
.....
20. Masa rehat untuk acara bercampur adalah sekurang-kurangnyaminit antara satu acara dengan acara berikutnya

BAHAGIAN E

20 Markah

ASPEK PRAKTIKAL

1. Sila catatkan masa rasmi bagi setiap kes yang disenaraikan :

Bil	Acara	Masa Jam Randik	Masa Rasmi
i	100 m	12.01 s	
ii	400 m	1:10 s	
iii	4 x 400 m	4 : 37.99s	
iv	20000 m	59:26. 4	
v	Marathon	2:07:46.32	

(5 markah)

2. Berikut adalah keputusan Lompat Kijang wanita selepas tiga pusingan. Isikan tempat-tempat kosong.

Bil.	Peserta	1	2	3	Terbaik	Giliran
1	Ina	13.52	13.51	x		
2	Zalipha	13.89	13.47	13.52		
3	Ira	13.08	13.41	13.59		
4	Ooi	13.42	13.35	13.59		
5	Devi	13.31	13.42	x		

(5 markah)

3. Berapa lamakah halaju angin disukat bagi acara-acara berikut

a)	100m	
b)	110m Lari Berpagar	
c)	200m	
d)	Lompat Kijang	
e)	Lompat Jauh	

(5 markah)

4. Berikut diberikan kad keputusan acara Lompat Tinggi. Tentukan kedudukan bagi setiap peserta

No	Nama Peserta	Ketinggian (m)							Lompatan Terbaik	Kedudukan
		1.70	1.75	1.79	1.83	1.86	1.88	1.90		
1	Fahmi	0	-	X0	X0	XX0	XXX			
2	Daniel	0	0	X0	X0	XO	XX0	XXX		
3	Aiman	-	0	X0	X0	XX0	XXX			
4	Syahmi	-	X0	0	0	X0	X0	XXX		
5	Haris	-	X0	-	0	X0	XX0	XXX		

(5 markah)