



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

AKTIVITI SUKAN / REKREASI YANG DIBENARKAN

PERKARA

PENERANGAN RINGKAS

Aktiviti Sukan / Rekreasi DIBENARKAN

- Semua aktiviti sukan dan rekreasi secara individu yang tidak bersentuhan fizikal bagi tujuan kesihatan, kecergasan dan kemahiran sendiri dengan mematuhi penjarakan fizikal sekurang-kurangnya **2 hingga 3 meter** bermula **jam 5.00 pagi hingga 12.00 tengah malam** tertakluk kepada arahan kawalan pergerakan yang sedang berkuat kuasa. Aktiviti tersebut adalah seperti joging, senaman, aktiviti gimnasium, renang, jetski, taichi, berbasikal, skateboarding, memancing, ekuestrian, memanah, mendaki, tenis, badminton, pingpong, golf, permotoran dan seumpamanya.
- Aktiviti secara individu (tidak bersentuhan fizikal) yang dilakukan dalam kumpulan kecil dengan mematuhi penjarakan fizikal 2 hingga 3 meter adalah tertakluk kepada **50% kapasiti penggunaan/kawasan atau tidak melebihi 50 orang termasuk jurulatih/instruktur (mana-mana yang lebih rendah).** Aktiviti berkumpulan adalah seperti senamrobik, taekwondo tanpa sentuhan fizikal (poomsae) dan seumpamanya.
- Pengoperasian fasiliti sukan dan rekreasi komersial terbuka (*outdoor*) dan separa terbuka termasuk kolam renang terbuka dengan pematuhan kepada **60% kapasiti** penggunaan/kawasan **DENGAN** kawalan penyeliaan. Kehadiran pekerja adalah tidak melebihi **80% tenaga kerja** merangkumi pengurusan dan operasi.
- Pengoperasian fasiliti sukan dan rekreasi komersial tertutup (*indoor*) termasuk kolam renang tertutup dengan pematuhan kepada **50% kapasiti** penggunaan/kawasan **DENGAN** kawalan penyeliaan. Kehadiran pekerja adalah tidak melebihi **80% tenaga kerja** merangkumi pengurusan dan operasi.
- Pengoperasian fasiliti sukan dan rekreasi awam adalah **TERTAKLUK** kepada SOP Kementerian Belia dan Sukan Sarawak (KBSS).



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

AKTIVITI SUKAN / REKREASI YANG DIBENARKAN

PERKARA

PENERANGAN RINGKAS

Aktiviti Sukan / Rekreasi DIBENARKAN

- Penganjuran kejohanan atau pertandingan peringkat kebangsaan atau antarabangsa mengikut model **GELEMBUNG SUKAN** tertakluk kepada **KEBENARAN** Kementerian Belia dan Sukan Sarawak (KBSS) sahaja **TANPA** kehadiran penonton atau penyokong.
- Program latihan berpusat secara kuarantin yang dilaksanakan oleh Majlis Sukan Negara (MSN) dan Majlis-Majlis Sukan Negeri (MSN Negeri) menggunakan model **GELEMBUNG SUKAN** (*Camp/Home Based Training*).
- Program latihan berpusat termasuk perlawanan latihan secara kuarantin dan tertutup bagi pasukan-pasukan dalam Malaysian Football League (MFL) menggunakan model **GELEMBUNG SUKAN** (*Camp/Home Based Training*).
- Penyertaan atlet/jurulatih/pegawai/teknikal Malaysia ke kejohanan atau pertandingan atau perlawanan di luar negara **TERTAKLUK** kepada kelulusan Jabatan Imigresen Malaysia (JIM) **DENGAN** sokongan KBSS/MSNS.
- Kemasukan atlet/jurulatih/pegawai/teknikal asing ke Malaysia **TERTAKLUK** kepada kelulusan Jabatan Imigresen Malaysia (JIM) **DENGAN** sokongan KBSS/MSNS dan pematuhan kepada peraturan-peraturan kemasukan warga asing ke Malaysia.



Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

AKTIVITI SUKAN / REKREASI YANG DILARANG

| PERKARA | PENERANGAN RINGKAS |
|--|--|
| <p>Aktiviti Sukan / Rekreasi DILARANG</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Semua aktiviti sukan dan rekreasi bersentuhan fizikal KECUALI bagi penganjuran kejohanan atau pertandingan peringkat kebangsaan atau antarabangsa YANG MENDAPAT kebenaran Kementerian Belia dan Sukan Sarawak (KBSS) sahaja. • Penganjuran semua kejohanan atau pertandingan KECUALI yang mendapat kebenaran KBSS sahaja. • Kehadiran penonton atau penyokong ke <i>venue</i> sukan dan rekreasi. • Penyertaan atlet/jurulatih/pegawai/teknikal Malaysia ke kejohanan atau pertandingan atau perlawanan di luar negara TANPA kelulusan Jabatan Imigresen Malaysia (JIM) dan sokongan KBSS/MSNS. • Kemasukan atlet/jurulatih/pegawai/teknikal asing ke Malaysia TANPA kelulusan Jabatan Imigresen Malaysia (JIM) dan sokongan KBSS/MSNS dan tidak mematuhi peraturan-peraturan kemasukan warga asing ke Malaysia. • Aktiviti sukan dan rekreasi yang dijalankan di luar atau merentas kawasan arahan kawalan pergerakan yang sedang berkuat kuasa KECUALI mendapat kebenaran PDRM. |



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM INDIVIDU

PENERANGAN RINGKAS

1. Pastikan aktiviti sukan dan rekreasi yang dilakukan adalah **DIBENARKAN** tertakluk kepada arahan kawalan pergerakan yang sedang berkuat kuasa.
2. Pastikan muat turun dan mendaftar aplikasi MySejahtera ke dalam telefon bimbit masing-masing untuk pengesanan kontak rapat (*contact tracing*). Sila daftar secara *check-in* atau pendaftaran secara manual bagi kawasan yang tidak mempunyai capaian internet.
3. Pastikan aktiviti sukan dan rekreasi dilakukan secara **individu** mengikut masa yang ditetapkan di kawasan yang mematuhi SOP yang dikeluarkan Majlis Keselamatan Negara (MKN) dan *Sarawak Disaster Management Committee* (SDMC).
4. Pastikan pemakaian pelitup muka sebelum dan selepas aktiviti dilakukan serta sudah melengkapkan 2 dos vaksinasi untuk berada di dalam premis/tempat latihan/tempat pertandingan.
5. Pastikan penjarakan fizikal sekurang-kurangnya 2 hingga 3 meter ketika melakukan aktiviti sukan dan rekreasi (kecuali bagi kejohanan/pertandingan **DENGAN** kebenaran KBSS).
6. **DILARANG** berkongsi air minuman, makanan, pakaian, tuala muka dan peralatan peribadi.
7. Pastikan langkah-langkah kebersihan sebelum, semasa dan selepas menjalankan aktiviti dipatuhi.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM INDIVIDU

PENERANGAN RINGKAS

8. Dilarang meludah sembarangan dan merata-rata.
9. Pastikan kebersihan diri dan memakai pakaian yang bersesuaian sepanjang melakukan aktiviti.
10. Pastikan tiada sentuhan fizikal sepanjang melakukan aktiviti sukan dan rekreasi (kecuali bagi kejohanan/pertandingan **DENGAN** kebenaran KBSS).
11. Pastikan meninggalkan tempat aktiviti/latihan/pertandingan secepat mungkin selepas melakukan aktiviti sukan dan rekreasi.
12. Aktiviti yang melibatkan kanak-kanak berumur 12 tahun dan ke bawah **TIDAK DIBENARKAN** kecuali ditemani oleh ibubapa atau penjaga yang telah lengkap vaksinasi Covid-19, golongan kelainan upaya (OKU), berkeperluan khas dan warga emas yang berumur 60 tahun dan ke atas adalah tidak digalakkan.
13. Kontak rapat pesakit positif, *Person Under Surveillance* (PUS) atau *Person Under Investigation* (PUI) dan individu yang mempunyai gejala (seperti selsema, batuk, sakit tekak, demam, sakit kepala dan suhu badan melebihi 37.5° darjah celsius) adalah **DILARANG** untuk menyertai/melakukan aktiviti sukan dan rekreasi.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PENGURUSAN (PENGUSAHA/ OPERATOR PREMIS)

OPERATOR PREMIS SUKAN SEMUA FASILITI SUKAN DAN REKREASI

PENERANGAN RINGKAS

1. Pastikan Imbasan QR (*QR Code*) MySejahtera dipaparkan bagi pendaftaran individu ke premis/tempat latihan/tempat pertandingan. Bagi kawasan yang tidak mempunyai capaian internet, perlu disediakan pendaftaran secara manual.
2. Pastikan saringan suhu badan & gejala (batuk, selsema, sakit tekak & susah bernafas) dilakukan setiap kali memasuki premis/tempat latihan/tempat pertandingan. Seterusnya, pemeriksaan status MySejahtera perlu dilakukan di mana individu yang berstatus "*Low Risk*" termasuk "*Casual Contact Low Risk*" sahaja dibenarkan masuk.
3. Pastikan operasi premis/tempat latihan/tempat pertandingan adalah **secara penjadualan, tempahan (*reservation/appointment basis*) dan mempunyai kawalan penyeliaan** sepanjang tempoh operasi dan **mematuhi waktu operasi yang ditetapkan**.
4. Pastikan juga premis/tempat latihan/tempat pertandingan mempunyai sistem pengudaraan (*ventilation*) yang baik dan mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh *Sarawak Disaster Management Committee (SDMC)*.
5. Pastikan penggunaan bilik persalinan, bilik mandi dan tandas dengan bilangan pengguna yang minima serta dibersihkan secara kerap.
6. Kemudahan tambahan seperti sauna, *steam* dan *jacuzzi* adalah **TIDAK DIBENARKAN**.
7. Tatacara atau peraturan berkaitan pencegahan penularan COVID-19 disediakan selari dengan SOP yang dikeluarkan oleh MKN dan SDMC.



Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

| PERKARA | PENERANGAN RINGKAS |
|--|---|
| <p>PROTOKOL AM PENGURUSAN (PENGUSAHA/ OPERATOR PREMIS)</p> <p><u>OPERATOR PREMIS SUKAN SEMUA FASILITI SUKAN DAN REKREASI</u></p> | <p>8. Pastikan kakitangan yang bertugas memakai pelitup muka.</p> <p>9. Hanya kakitangan yang sudah melengkapkan 2 dos suntikan vaksinasi dibenarkan bertugas/berada di dalam premis/tempat latihan/tempat pertandingan.</p> <p>10. Pastikan individu yang tidak berkenaan/berkaitan tidak berada di dalam premis/ tempat latihan/tempat pertandingan.</p> <p>11. Pastikan penjarakan fizikal di premis/tempat latihan/tempat pertandingan adalah 2 hingga 3 meter.</p> <p>12. Pastikan kaedah penyampaian maklumat adalah secara lisan tanpa melibatkan sentuhan fizikal (anggota badan) kepada pengguna premis/tempat latihan/ tempat pertandingan.</p> <p>13. Pastikan cecair pencuci tangan (<i>hand sanitizer</i>) disediakan untuk kemudahan pengguna.</p> <p>14. Pastikan susun atur peralatan dengan penjarakan 2 hingga 3 meter dan disertakan penandaan dan pandu arah yang jelas.</p> <p>15. Pastikan peralatan yang digunakan dibersihkan dan dinyahkuman selepas penggunaan. Perkongsian peralatan sukan peribadi seperti raket, kayu hoki, peralatan golf dan sebagainya adalah DILARANG.</p> <p>16. Pastikan pembersihan dan nyahkuman premis/tempat latihan/tempat pertandingan dilakukan mengikut kekerapan penggunaan.</p> |



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PENGURUSAN (PENGUSAHA/ OPERATOR PREMIS)

OPERATOR PREMIS SUKAN SEMUA FASILITI SUKAN DAN REKREASI

PENERANGAN RINGKAS

17. Pastikan tatacara pengendalian kes kecemasan disediakan. Jika terdapat kes positif dalam kalangan pengunjung ke premis, KKM dan *Sarawak Disaster Management Committee* (SDMC) perlu dimaklumkan dengan segera. Arahan KKM untuk penutupan sementara bagi proses pembersihan dan disinfeksi perlu dipatuhi. Setelah disinfeksi, KKM & SDMC perlu dimaklumkan untuk pembukaan semula premis.
18. Kolam renang: Pastikan nilai piawaian bagi kualiti air mematuhi Garis Panduan Pemantauan Kualiti Air Kolam Renang yang terkini dan undang-undang kecil yang berkaitan yang dikeluarkan Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), Kementerian Perumahan dan Kerajaan Tempatan (KPKT) dan Pihak Berkuasa Tempatan (PBT).
19. JBS dan SDMC berhak membuat pemantauan pada bila-bila masa dan mengambil tindakan/denda (mengikut akta atau undang-undang berkaitan) kepada operator jika berlaku ketidakpatuhan.
20. Jika permis sukan tersebut telah dilawati oleh pesakit Covid-19, operator premis haruslah melakukan proses sanitasi. Bagi pekerja/staf premis yang telah terdedah digalakkan menjalani ujian rT-PCR/ rtk antigen swab test.
21. Jika Staf/pekerja/operator premis didapati positif Covid-19, premis sukan haruslah ditutup sehingga proses sanitasi dilakukan sepenuhnya (Section 18(1)(d) under Act 342).



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PENGANJURAN KEJOHANAN/ PERTANDINGAN PERINGKAT KEBANGSAAN/ ANTARABANGSA (GELEMBUNG SUKAN)

PENERANGAN RINGKAS

1. Pastikan penganjuran mendapat kebenaran daripada Kementerian Belia dan Sukan Sarawak (KBSS).
2. Pastikan penganjuran dilaksanakan secara tertutup dan kuarantin.
3. Semua pemain/peserta/jurulatih/pegawai/teknikal perlu menjalani ujian RTK Antigen sekurang-kurangnya 3 hari sebelum kejohanan/ pertandingan. Ujian RTK – Antigen juga perlu dilaksanakan secara berkala mengikut keperluan sepanjang berlangsungnya kejohanan/pertandingan terutamanya melibatkan liga mingguan. Hanya yang berkeputusan negatif sahaja dibenarkan menyertai kem dan yang berkeputusan positif dirujuk ke Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).
4. Manakala bagi penyertaan antarabangsa, pastikan kemasukan pemain/peserta/ jurulatih/pegawai/teknikal asing adalah mengikut peraturan dan syarat-syarat kemasukan warga asing ke Malaysia yang sedang berkuat kuasa.
5. Pastikan kemasukan atlet/jurulatih/pegawai/teknikal asing ke Malaysia **TERTAKLUK** kepada kelulusan Jabatan Imigresen Malaysia (JIM) **DENGAN** sokongan KBSS/MSNS dan pematuhan kepada peraturan-peraturan kemasukan warga asing ke Malaysia (sekiranya bertaraf antarabangsa).
6. Pastikan mendapat kebenaran PDRM untuk tujuan pergerakan keluar daripada kawasan arahan kawalan pergerakan.
7. Pastikan mempunyai kawalan penyeliaan sepanjang tempoh kejohanan/ pertandingan dilaksanakan.
8. Pastikan penginapan khusus disediakan untuk peserta kejohanan/ pertandingan secara kuarantin. Pengangkutan khusus juga perlu disediakan sekiranya terdapat pergerakan dari tempat penginapan khusus.



Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PENGANJURAN KEJOHANAN/ PERTANDINGAN PERINGKAT KEBANGSAAN/ ANTARABANGSA (GELEMBUNG SUKAN)

PENERANGAN RINGKAS

- Pastikan setiap individu mendaftar menggunakan Imbasan QR (*QR Code*) aplikasi MySejahtera yang dipaparkan di premis/tempat latihan/tempat pertandingan melalui telefon bimbit masing-masing. Bagi kawasan yang tidak mempunyai capaian internet, perlu disediakan pendaftaran secara manual.
- Pastikan pemeriksaan suhu badan dan saringan gejala dilakukan di setiap pintu masuk premis/tempat latihan/tempat pertandingan. Individu yang mempunyai suhu melebihi 37.5° darjah celsius dan/atau bergejala **DILARANG** mengambil bahagian dan memasuki premis/tempat latihan/tempat pertandingan. Seterusnya, pemeriksaan status MySejahtera perlu dilakukan di mana individu yang berstatus “*Low Risk*” termasuk “*Casual Contact Low Risk*” sahaja dibenarkan masuk.
- Mematuhi SOP yang telah ditetapkan bagi pengangkutan khusus seperti penjarakan fizikal, pemakaian pelitup muka, kebersihan dan sebagainya.
- Pembersihan dan nyahkuman premis/tempat latihan/tempat pertandingan dilakukan mengikut kekerapan penggunaan.
- Pastikan tangan dibersihkan dengan pencuci tangan atau *hand sanitizer* yang disediakan sebelum dan sepanjang berada di premis/tempat pertandingan secara kerap.
- Pastikan peralatan yang digunakan dibersihkan, dinyahkuman dan disanitasi selepas penggunaan.
- Digalakkan penyediaan makanan dan minuman menggunakan bahan *biodegradable* (pakai-buang).



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PENGANJURAN KEJOHANAN/ PERTANDINGAN PERINGKAT KEBANGSAAN/ ANTARABANGSA (GELEMBUNG SUKAN)

PENERANGAN RINGKAS

16. Kaedah penyampaian maklumat/arahan adalah digalakkan dilakukan secara lisan tanpa melibatkan sentuhan fizikal (anggota badan).
17. Pastikan **TIADA** kehadiran penonton/penyokong.
18. Majlis penyampaian hadiah diadakan secara sendiri.
19. Pastikan memberi kerjasama kepada pemantauan yang akan dilakukan oleh KBS termasuklah 'Rakan Muda *Sports Bubble Volunteers*' pada bila-bila masa.
20. JBS dan SDMC berhak membuat pemantauan pada bila-bila masa dan mengambil tindakan/denda (mengikut akta/undang-undang berkaitan) kepada penganjur jika berlaku ketidakpatuhan.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PROGRAM LATIHAN BERPUSAT SECARA GELEMBUNG SUKAN (*CAMP BASED*)

PENERANGAN RINGKAS

1. Semua pemain/peserta/jurulatih/pegawai/teknikal perlu menjalani ujian RTK Antigen sebelum memasuki kem latihan. Ujian RTK – Antigen juga perlu dilaksanakan secara berkala mengikut keperluan sepanjang berlangsungnya kem latihan. Hanya yang berkeputusan negatif sahaja dibenarkan menyertai kem dan yang berkeputusan positif dirujuk ke Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).
2. Pastikan penginapan khusus secara kuarantin dan terkawal di dalam gelembung termasuklah ketika menjalani latihan (*camp based*).
3. Pastikan setiap individu mendaftar menggunakan Imbasan QR (*QR Code*) aplikasi MySejahtera yang dipaparkan tempat latihan atau tempat pertandingan melalui telefon bimbit masing-masing.
4. Pastikan pemeriksaan suhu badan dan saringan gejala dilakukan di setiap pintu masuk tempat latihan atau tempat pertandingan. Seterusnya, pemeriksaan status MySejahtera perlu dilakukan di mana individu yang berstatus "*Low Risk*" termasuk "*Casual Contact Low Risk*" sahaja dibenarkan masuk dan mengambil bahagian. Individu yang mempunyai suhu melebihi 37.5 darjah celsius dan/atau bergejala **DILARANG** mengambil bahagian dan memasuki tempat latihan atau tempat pertandingan.
5. Pastikan tatacara pengendalian kes kecemasan disediakan. Jika terdapat kes positif dalam kalangan pemain/peserta/jurulatih/pegawai/teknikal di kem, KKM dan *Sarawak Disaster Management Committee* (SDMC) perlu dimaklumkan dengan segera. Arahan KKM untuk penutupan sementara bagi proses pembersihan dan disinfeksi perlu dipatuhi. Setelah proses disinfeksi dilakukan, KKM perlu dimaklumkan untuk pembukaan/pengoperasian semula tempat latihan atau tempat pertandingan.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PROGRAM LATIHAN BERPUSAT SECARA GELEMBUNG SUKAN (*CAMP BASED*)

PENERANGAN RINGKAS

6. Mematuhi SOP yang telah ditetapkan bagi pengangkutan khusus seperti penjarakan fizikal, pemakaian pelitup muka, kebersihan dan sebagainya.
7. Pastikan mempunyai kawalan penyeliaan sepanjang tempoh latihan berlangsung.
8. Pembersihan dan nyahkuman tempat latihan atau tempat pertandingan dilakukan mengikut kekerapan penggunaan.
9. Pastikan tangan dibersihkan dengan pencuci tangan atau *hand sanitizer* yang disediakan sebelum dan sepanjang berada di tempat latihan atau tempat pertandingan secara kerap.
10. Pastikan peralatan yang digunakan dibersihkan, dinyahkuman dan disanitasi selepas penggunaan.
11. Digalakkan penyediaan makanan dan minuman menggunakan bahan *biodegradable* (pakai-buang).
12. Kaedah penyampaian maklumat atau arahan adalah digalakkan dilakukan secara lisan tanpa melibatkan sentuhan fizikal (anggota badan).
13. Pastikan mendapat kebenaran PDRM bagi tujuan pergerakan keluar daripada kawasan arahan kawalan pergerakan bagi tujuan latihan atau pertandingan/kejohanan tertutup atau perlawanan latihan.
14. JBS dan SDMC berhak membuat pemantauan pada bila-bila masa dan mengambil tindakan atau denda (mengikut akta atau undang-undang berkaitan) jika berlaku ketidakpatuhan.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PROGRAM LATIHAN BERPUSAT SECARA GELEMBUNG SUKAN (*HOME BASED*)

PENERANGAN RINGKAS

1. Semua pemain/peserta/jurulatih/pegawai/ teknikal/ahli isi rumah perlu menjalani ujian RTK- Antigen secara berkala (sekurang-kurangnya 2 kali sebulan) sepanjang berlangsungnya kejohanan/pertandingan. Hanya yang berkeputusan negatif sahaja dibenarkan menyertai latihan/kejohanan/pertandingan dan yang berkeputusan positif dirujuk ke Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).
2. Pergerakan dari kediaman/tempat tinggal ke tempat latihan/tempat pertandingan menggunakan kenderaan peribadi/persendirian. Tidak dibenarkan menggunakan pengangkutan awam.
3. Pastikan tidak menerima tetamu/individu tidak berkenaan sepanjang berada di dalam gelembung sukan. Pergerakan hendaklah terkawal dan terhad bagi memastikan gelembung adalah selamat dan dilindungi.
4. Pastikan setiap individu mendaftar menggunakan Imbasan QR (*QR Code*) aplikasi MySejahtera yang dipaparkan tempat latihan atau tempat pertandingan melalui telefon bimbit masing-masing.
5. Pastikan pemeriksaan suhu badan dan saringan gejala dilakukan di setiap pintu masuk tempat latihan atau tempat pertandingan. Seterusnya, pemeriksaan status MySejahtera perlu dilakukan di mana individu yang berstatus "*Low Risk*" termasuk "*Casual Contact Low Risk*" sahaja dibenarkan masuk dan mengambil bahagian. Individu yang mempunyai suhu melebihi 37.5° darjah celsius dan/atau bergejala **DILARANG** mengambil bahagian dan memasuki tempat latihan atau tempat pertandingan.
6. Mematuhi SOP yang telah ditetapkan bagi pengangkutan khusus seperti penjarakan fizikal, pemakaian pelitup muka, kebersihan dan sebagainya.
7. Pastikan mempunyai kawalan penyeliaan sepanjang tempoh latihan berlangsung.



PELAN PEMULIHAN NEGARA - FASA 3 NEGERI SARAWAK

SOP AM SEKTOR SUKAN DAN REKREASI

Kemaskini pada 11 Oktober 2021

Merangkumi

Sukan:

- Aktiviti sukan yang dijalankan bagi tujuan riadah, kecergasan dan rekreasi.
- Aktiviti sukan sebagaimana yang ditakrifkan dalam Jadual Pertama, Akta Pembangunan Sukan 1997 dan yang berdaftar di bawah Pesuruhjaya Sukan Malaysia.

Operasi dan Pentadbiran Organisasi Berkaitan Sukan

Protokol Sukan / Rekreasi:

- Protokol Am Individu
- Protokol Am Pengurusan
- Protokol Am Penganjuran Kejohanan/Pertandingan Peringkat Kebangsaan/Antarabangsa Secara Gelembung Sukan
- Protokol Am Program Latihan Berpusat Secara Gelembung Sukan (*Camp/Home Based*)

Aktiviti Yang Tidak Dibenarkan

- Semua aktiviti sukan & rekreasi di kawasan PKPD.
- Sila rujuk perkara yang disenaraikan dalam Senarai Aktiviti Yang Dilarang.

Arahan Tetap

- Peraturan 16 P.U.(A) 293/2021
- Akta 342
- PPHO 1999
- Ordinan Darurat (Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit (Pindaan) 2021.
- SOP Pelan Pemulihan Negara : Sarawak Fasa 3 yang dikeluarkan oleh MKN bertarikh 11 Oktober 2021
- Tertakluk kepada ketetapan yang dikeluarkan oleh MKN, KKM dan JPBN Sarawak.
- Arahan dan peraturan di bawah PBT.
- Lain-lain arahan dari semasa ke semasa yang dikeluarkan oleh Ketua Pengarah Kesihatan.

PROTOKOL AM

PERKARA

PROTOKOL AM PROGRAM LATIHAN BERPUSAT SECARA GELEMBUNG SUKAN (*HOME BASED*)

PENERANGAN RINGKAS

8. Pastikan tatacara pengendalian kes kecemasan disediakan. Jika terdapat kes positif dalam kalangan pemain/peserta/jurulatih/pegawai/teknikal di tempat latihan/tempat pertandingan, KKM dan *Sarawak Disaster Management Committee* (SDMC) perlu dimaklumkan dengan segera. Arahan KKM untuk penutupan sementara bagi proses pembersihan dan disinfeksi perlu dipatuhi. Setelah proses disinfeksi dilakukan, KKM perlu dimaklumkan untuk pembukaan/pengoperasian semula tempat latihan atau tempat pertandingan.
9. Pastikan tangan dibersihkan dengan pencuci tangan atau *hand sanitizer* yang disediakan sebelum dan sepanjang berada di tempat latihan atau tempat pertandingan secara kerap.
10. Pastikan peralatan yang digunakan dibersihkan, dinyahkuman dan disanitasi selepas penggunaan.
11. Pembersihan dan nyahkuman tempat latihan atau tempat pertandingan dilakukan mengikut kekerapan penggunaan.
12. Digalakkan penyediaan makanan dan minuman menggunakan bahan *biodegradable* (pakai-buang).
13. Kaedah penyampaian maklumat atau arahan adalah digalakkan dilakukan secara lisan tanpa melibatkan sentuhan fizikal (anggota badan).
14. Pastikan mendapat kebenaran PDRM bagi tujuan pergerakan keluar daripada kawasan arahan kawalan pergerakan bagi tujuan latihan atau pertandingan/kejohanan tertutup atau perlawanan latihan.
15. JBS dan SDMC berhak membuat pemantauan pada bila-bila masa dan mengambil tindakan atau denda (mengikut akta atau undang-undang berkaitan) jika berlaku ketidakpatuhan.