



1 UNDANG-UNDANG PERTANDINGAN

Kejohanan ini dijalankan mengikut Undang-Undang Kesatuan Olahraga Malaysia (KOM), Peraturan – Peraturan Am Majlis Sukan Sekolah Malaysia (MSSM) dan Peraturan-Peraturan Pertandingan Kejohanan Olahraga Majlis Sukan Sekolah Pulau Pinang (MSSPP).

2. ACARA-ACARA DAN UKURAN SERTA TIMBANGAN ALAT-ALAT PERTANDINGAN

	LELAKI			PEREMPUAN		
ACARA	18 TKB	15 TKB	12 TKB	18 TKB	15 TKB	12 TKB
100M	X	X	X	X	X	X
200M	X	X	X	X	X	X
400M	X	X	-	X	X	-
800M	X	X	-	X	X	-
1200M	-	-	-	-	-	-
1500M	X	X	-	X	X	-
3000M (TERBUKA)	X		-	X		-
80M L.BERPAGAR	-	-	X 0.762M	-	-	X 0.762M
100M L.BERPAGAR	-	-	-	X 0.762M	X 0.762M	-
110M L. BERPAGAR	X 0.914M	X 0.838M	-	-	-	-
200M L.BERPAGAR	-	X 0.838M	-	-	X 0.762M	-
400M L.BERPAGAR	X 0.838M	-	-	X 0.762M	-	-
2000M L. BERHALANGAN	X 0.838M	X 0.762M	-	X 0.762M		-
3000M JALAN KAKI	-	-	-	-	X	-
5000M JALAN KAKI	-	X	-	X	-	-
10000M JALAN KAKI	X	-	-	-	-	-
4X100M	X	X	X	X	X	X
4X200M	-	-	X	-	-	X
4X400M	X	X	-	X	X	-
LOMPAT JAUH	X	X	X	X	X	X
LOMPAT KIJANG	X	X	-	X	X	-
LOMPAT TINGGI	X	X	X	X	X	X



**PERATURAN KEJOHANAN OLAHRAGA PERINGKAT NEGERI
MAJLIS SUKAN SEKOLAH PULAU PINANG TAHUN 2025**

A

MAJLIS SUKAN SEKOLAH PULAU PINANG TAHUN 2025

LONTAR PELURU	X 5KG	X 4KG	X 2.72 KG	X 3KG	X 3KG	X 2.72 KG
MEREJAM LEMBING	X 700G	X 600G	-	X 500G	X 500G	-
MELEMPAR CAKERA	X 1.5KG	X 1.0KG	-	X 1.0KG	X 1.0KG	-
BALING TUKUL BESI (TERBUKA)	X 5.0KG		-	X 3.0KG		-
LOMPAT BERGALAH (TERBUKA)	X		-	X		-
HEPTATHLON (TERBUKA)	-	-	-	X		-
OKTATHLON (TERBUKA)	X		-	-	-	-

2.1 : Acara 80 METER LARI BERPAGAR

BIL. PAGAR	TINGGI PAGAR	PAGAR 1 DARI GARISAN PERMULAAN	PAGAR KE PAGAR	PAGAR 8 KE GARISAN PENAMAT
8	0.762 M	12.00 METER	8.00 METER	12.00 METER

2.2 : Acara 200 LARI BERPAGAR

KATEGORI	BIL PAGAR	TINGGI PAGAR	PAGAR 1 DARI GARISAN PERMULAAN	PAGAR KE PAGAR	PAGAR 10 KE GARISAN PENAMAT
LELAKI 15 TKB	5	0.838 M	20 METER	35 METER	40 METER
PEREMPUAN 15 TKB	5	0.762 M	20 METER	35 METER	40 METER

2.3 : Acara 2000 METER LARI BERHALANGAN

- 2.3.1 Ketinggian pagar Halangan: **9.14m** (18 L), **0.762m** (Perempuan Terbuka /15 L)
- 2.3.2 Lompat Pagar : 18 kali
- 2.3.3 Lompat Air : 5 kali
- 2.3.4 Lompatan air ialah lompatan kedua dalam pusingan pertama dan kemudiannya lompatan yang keempat dalam pusingan yang berikutan



2.4 : **Acara 4 X 200 M**

- 2.4.1 **Pelari Pertama** akan gunakan lorong sendiri dan akan bermula di garisan 1 ½ stagger – seperti pelari pertama dalam acara 4 X 400 M
- 2.4.2 **Pelari Kedua** akan bersedia di garisan satu stagger yang akan disediakan
- 2.4.3 **Pelari Ketiga** akan bersedia di garisan ½ stagger (seperti pelari kedua dalam acara 4 X 400 M). Selepas menerima baton daripada pelari kedua, pelari ketiga mestilah berlari di lorong masing – masing sehingga ke selekoh pertama dan kemudiannya, beliau boleh memotong masuk ke lorong pertama.
- 2.4.4 **Pelari Akhir** akan bersedia di tempat penerimaan baton mengikut " start list ", dan menerima baton dengan syarat dia tidak menghalang atau menolak peserta lain.

2.5 : **Acara HEPTATHLON (PEREMPUAN TERBUKA)**

- 2.5.1 Hari Pertama : 100m Lari Berpagar, Lompat Tinggi Melontar Peluru dan 200M
- 2.5.2 Hari Kedua : Lompat Jauh, Merejam Lembing dan 800m

2.6 : **Acara OKTATHLON (LELAKI TERBUKA)**

- 2.6.1 Hari Pertama : 100m, Lompat Jauh, Melontar Peluru dan 400m
- 2.6.2 Hari Kedua : 110m Lari Berpagar, Lompat Tinggi, Merejam Lembing dan 1500m

2.7 : **Acara Jarak Jauh**

- 2.7.1 Acara akan diberhentikan selepas peserta yang ke-10 menamatkan larian / jalan.

3. **HADIAH – HADIAH**

- 3.1 Acara Individu sehingga 2000m – Pertama, Kedua dan Ketiga
- 3.2 Acara Individu 3000m dan jarak lebih daripadanya serta acara Heptathlon dan Octathlon – Pertama, Kedua, Ketiga, Keempat, Kelima dan Keenam
- 3.3 Acara Pasukan – **Enam** pingat akan diberikan kepada setiap pasukan yang berjaya menduduki tempat Pertama, Kedua dan Ketiga
- 3.4 Hanya peserta yang melepasi taraf yang ditetapkan oleh MSSPP akan diberikan sijil penyertaan.

4. **ACARA PERTANDINGAN**

- 4.1 Setiap zon adalah dibenarkan menghantar TIDAK LEBIH daripada dua (2) orang peserta bagi setiap acara individu dan satu (1) pasukan bagi acara Lari Berganti-Ganti
- 4.2 Bilangan maksima penyertaan seseorang peserta adalah seperti berikut :



PERATURAN KEJOHANAN OLAMRAGA PERINGKAT NEGERI
MAJLIS SUKAN SEKOLAH PULAU PINANG TAHUN 2025

A

MAJLIS SUKAN SEKOLAH PULAU PINANG TAHUN 2025

KUMPULAN UMUR	INDIVIDU	LARI BERGANTI-GANTI
18 TKB	3 (termasuk acara terbuka)	2
15 TKB	3 (termasuk acara terbuka)	2
12 TKB	2	2

- 4.3 Peserta – peserta Heptathlon dan Octathlon **TIDAK DIBENARKAN** mengambil bahagian dalam acara individu yang lain
- 4.4 Acara **TERBUKA** hanya dibenarkan disertai oleh peserta – peserta yang berumur 13 tahun atau lebih pada 01 Januari tahun pertandingan
5. **KELAYAKAN AM PESERTA**
- 5.1 Rujuk Peraturan Am MSSM Perkara 3.1.1
- 5.2 Semua peserta kecuali peringkat umur 12 tahun dan ke bawah hendaklah bersedia menunjukkan kad pengenalan asal jika diminta oleh pihak pengelola pertandingan.
- 5.3 Seseorang peserta yang hilang kad pengenalan mesti mempunyai dokumen pengesahan sekolah.
- 5.4 Pelajar Sekolah Harian.
- 5.4.1 Rujuk Peraturan Am MSSM Perkara 3.1.1
- 5.5 Pelajar Sekolah Swasta/Sekolah Agensi Kerajaan Lain
- 5.5.1 Rujuk Peraturan Am MSSM Perkara 3.1.2
- 5.6 Pelajar Sekolah Sukan Malaysia
- 5.6.1 Rujuk Peraturan Am MSSM Perkara 3.1.3
6. **PENDAFTARAN PESERTA – PESERTA**
- 6.1 Pendaftaran peserta hendaklah dibuat mengikut **tatacara sistem pendaftaran masuk** yang telah ditetapkan oleh pengelola yang kemudiannya akan disebut **Borang Pendaftaran Rasmi** kejohanan.
- 6.2 Butiran yang terdapat dalam borang pendaftaran hendaklah dilengkapkan dan disahkan oleh pihak sekolah.
- 6.3 Borang Pendaftaran yang telah ditandatangani oleh pengetua / guru besar akan menjadi dokumen rasmi kejohanan.
- 6.4 Peserta-peserta yang hanya menyertai acara Lari Berganti-Ganti dikehendaki mendaftar juga
- 6.5 Peserta-peserta Kategori 18 Tahun Ke Bawah dan 15 Tahun Ke Bawah **WAJIB** membawa Kad Pengenalan asal atau setaraf dengannya sebagai Pengesahan Rasmi. Surat Akuan, Surat Sumpah dan sebagainya **TIDAK AKAN DITERIMA** (Rujuk Peraturan Am 4 MSSM)



7. PENGESAHAN PESERTA – PESERTA

7.1 Taklimat Pengurus – Pengurus Pasukan

7.2.1 Semasa taklimat ini, hanya penguguran acara dan penarikan diri **TANPA** penggantian dibenarkan.

7.2 Penarikan Diri Semasa Kejohanan Dijalankan

7.2.1 Jika didapati seseorang peserta setelah disahkan semasa Taklimat Pengurus-Pengurus Pasukan, tidak mengambil bahagian dalam sesuatu acaranya, KECUALI jika dapat mengemukakan surat pengesahan sakit / cedera daripada Pegawai Perubatan Kejohanan, atlet berkenaan berkenaan tidak akan dibenarkan menyertai acara-acara seterusnya yang didaftarkan atas namanya.

7.2.2 Seseorang peserta yang menarik diri daripada mana-mana acara selepas mengambil bahagian dalam pusingan awal, tanpa surat pengesahan sakit / cedera daripada Pegawai Perubatan Kejohanan, adalah dianggap sebagai menarik diri daripada semua acara seterusnya yang didaftar atas namanya.

7.2.3 Seseorang peserta yang menarik diri daripada mana-mana acara atas nasihat Pegawai Perubatan Kejohanan, hanya boleh mengambil bahagian seterusnya dalam semua acara yang didaftarkan atas namanya dengan mengemukakan surat pengesahan daripada Pegawai Perubatan Kejohanan kepada Pengurus Kejohanan

7.3 Penggantian Dalam Acara Lari Berganti-Ganti

7.3.1 Penggantian bagi acara Lari Berganti-Ganti dihadkan kepada **dua (2)** orang peserta yang didaftarkan dalam Borang Penyertaan Rasmi. Peraturan ini meliputi penyertaan di pusingan Separuh Akhir dan Akhir. Atlet-atlet yang berdaftar adalah dibenarkan untuk menyertai acara lari berganti-ganti.

8. MELAPORKAN DIRI PESERTA

8.1 Semua peserta mesti melaporkan diri seperti jadual di bawah sebelum waktu acara berkenaan dijadualkan berlangsung. Selepas itu, mereka akan diiringi ke tempat pertandingan oleh Penyelia Peserta

ACARA	MASA LAPOR DIRI	MASA BERGERAK KE ARENA
Balapan	20 minit sebelum acara bermula	10 minit sebelum acara bermula
Balapan (Lari Berpagar)	25 minit sebelum acara bermula	15 minit sebelum acara bermula
Lontaran, L. Jauh, L.Kijang	30 minit sebelum acara bermula	20 minit sebelum acara bermula
Lompat Tinggi	55 minit sebelum acara	45 minit sebelum acara bermula
Lompat Bergalah	70 minit sebelum acara	60 minit sebelum acara bermula

8.2 Peserta-peserta yang lewat melaporkan diri, sebelum acara mereka dimulakan, Referi Bilik Panggilan **boleh membatalkan penyertaan** dalam acara tersebut dan akan dianggap sebagai telah menarik diri.

8.3 Peserta-peserta **TIDAK DIBENARKAN** melaporkan diri terus kepada Pegawai Teknik dalam arena pertandingan



8.4 Hebahan tentang panggilan peserta-peserta untuk melaporkan diri bagi acara-acara mereka **AKAN DIBUAT**.

8.5 Peserta-peserta hendaklah berpakaian lengkap dan nombor-nombor mereka mesti disematkan dengan pin pada setiap penjuru di baju lari masing-masing.

8.6 Jika berlaku **pertembungan acara**, pengurus pasukan sekolah adalah bertanggungjawab menguruskan / melaporkan kepada pegawai-pegawai kejohanan yang terlibat agar penyertaan atlet sekolah berkenaan tidak tercicir / terbatal.

9. PROSEDUR MASUK DAN KELUAR ARENA PERTANDINGAN

9.1 Peserta-peserta hendaklah berbaris apabila dibawa masuk dan keluar daripada arena pertandingan diringi oleh Penyelia Peserta

9.2 Untuk acara balapan, selepas sesuatu acara itu tamat, peserta-peserta hendaklah berada di lorong masing-masing, berpusing balik dan menghadap hakim-hakim balapan untuk menunjukkan nombor mereka dan balik ke tempat peserta dengan serta merta tanpa memasuki padang

10. MEMANASKAN BADAN

Peserta-peserta hanya dibenarkan memanaskan badan di tempat yang ditentukan oleh pengelola.

11. BLOK PERMULAAN

11.1 Semua acara yang tersebut di bawah untuk peringkat umur 18 Tahun Ke Bawah, 15 Tahun Ke Bawah dan 12 tahun kebawah (Lelaki dan Perempuan) bermula dengan mulaan dekam dan Blok Permulaan **DIGALAKKAN**

Acara : 100m, 200m, 400m, 80m Lari Berpagar, 100 m Lari Berpagar, 110m Lari Berpagar, 400m Lari Berpagar, 4 X 100m, 4x200m dan 4 X 400m

12. PAKU KASUT (SPIKES) DAN PERALATAN

12.1 **Paku Kasut** : Kejohanan ini akan diadakan di atas balapan jenis sintetik. Panjang maksima paku kasut (spikes) tidak boleh melebihi 09mm, kecuali untuk acara Lompat Tinggi dan Merejam Lembing. Untuk acara-acara tersebut, paku kasut tidak boleh melebihi 12mm.

12.2 **Peralatan**: Pihak Pengelola akan menyediakan semua peralatan termasuk Blok Permulaan, kecuali galah berlombol untuk acara Lompat Bergalah di mana peserta dibenarkan menggunakan galah sendiri dengan syarat ia diserahkan kepada Pengurus Teknik terlebih dahulu untuk disahkan. Peserta-peserta tidak dibenarkan menggunakan galah orang lain kecuali dengan mendapat kebenaran daripada pemilik asal alatan tersebut.

13. CARA MENANDA DI TEMPAT-TEMPAT PERTANDINGAN

Peserta-peserta tidak dibenarkan menggunakan kapur atau lain-lain bahan sepertinya untuk menandakan di tempat – tempat pertandingan. Mereka hendaklah menggunakan **penanda** yang disediakan oleh Pihak Pengelola. Ukuran maksimum pita pelekat yang dibenarkan **5 sm x 40 sm**



14. UKURAN TINGGI PERMULAAN

Bagi acara-acara tersebut di bawah. Ukuran tinggi permulaan adalah seperti berikut :

14.1 Acara	Lelaki	Perempuan
Lompat Bergalah	2.50m	1.70m

14.2 Lompat Tinggi - Ketinggian permulaan palang.

14.2.1 Lelaki 18 tahun .

1.50m, 1.55m, 1.60m, 1.64m, 1.68m, 1.72m, 1.75m, 1.78m, 1.81m, 1.84m, 1.86m, 1.88m, 1.90m, 1.92m, dan seterusnya.

14.2.2 Perempuan 18 tahun

1.20m, 1.25m, 1.30m, 1.35m, 1.39m, 1.43m, 1.47m, 1.50m, 1.53m, 1.55m, 1.57m, 1.59m, 1.61m, 1.63m, 1.65m, 1.67m, 1.69m dan seterusnya.

14.2.3 Lelaki 15 tahun

1.40m, 1.45m, 1.50m, 1.55m, 1.59m, 1.63m, 1.67m, 1.70m, 1.73m, 1.75m, 1.77m, 1.79m, 1.81m, 1.83m dan seterusnya.

14.2.4 Perempuan 15 tahun

1.20m, 1.25m, 1.30m, 1.35m, 1.39m, 1.43m, 1.47m, 1.50m, 1.53m, 1.55m, 1.57m, 1.59m, 1.61m, 1.63m, 1.65m, 1.67m, 1.69m dan seterusnya.

14.2.5 Lelaki 12 tahun

1.20m, 1.25m, 1.30m, 1.35m, 1.39m, 1.43m, 1.47m, 1.50m, 1.53m, 1.55m, 1.57m, 1.59m, 1.61m, 1.63m, 1.65m, 1.67m, 1.69m dan seterusnya.

14.2.6 Perempuan 12 tahun

1.00m, 1.05m, 1.10m, 1.15m, 1.19m, 1.23m, 1.27m, 1.31m, 1.34m, 1.37m, 1.40m, 1.42m, 1.44m, 1.46m, 1.48m, 1.50m dan seterusnya.

14.2.7 Perempuan Terbuka Heptathlon

Ukuran permulaan **1.20m**, kenaikan 3cm dan seterusnya

14.2.8 Lelaki Terbuka Oktathlon

Ukuran permulaan **1.45m**, kenaikan 3cm dan seterusnya

15. PAPAN LONJAKAN ACARA LOMPAT KIJANG

15.1 Jarak Papan Lonjakan dari kawasan mendarat bagi acara Lompat Kijang adalah seperti berikut :

PERINGKAT UMUR	LELAKI	PEREMPUAN
15 TKB dan 18 TKB	9 / 11 m	7 / 9 m



16. CARA MEMUTUSKAN KEPUTUSAN KEJOHANAN

16.1 Acara Heptathlon dan Oktathlon

16.1.1 Pemenang ialah peserta yang dapat mengumpul jumlah mata yang terbanyak dalam tujuh atau lapan acara mengikut keadaan, berdasarkan Jadual Mengira Mata IAAF, walaupun ukuran berat bagi acara Melontar Peluru dan Merejam Lembing tidak sama dengan kehendak IAAF

16.1.2 Sekiranya seri, maka pemenang ialah peserta yang memperolehi mata tertinggi dalam lebih acara antara peserta-peserta yang seri. Jika ini juga tidak dapat memutuskannya, pemenang ialah peserta yang mendapat mata tertinggi di dalam mana-mana acara tertentu. Keadaan ini digunakan untuk memutuskan seri bagi sebarang tempat dalam pertandingan ini.

16.2 Penentuan Peserta Terbaik

16.2.1 Hadiah Anugerah peserta terbaik adalah untuk kategori berikut:

- 16.2.1.1 Lelaki 18 tahun
- 16.2.1.2 Perempuan 18 tahun
- 16.2.1.3 Lelaki 15 Tahun
- 16.2.1.4 Perempuan 15 tahun
- 16.2.1.5 Lelaki 12 tahun
- 16.2.1.6 Perempuan 12 tahun
- 16.2.1.7 Olahragawan
- 16.2.1.8 Olahragawati

16.2.2 Penentuan Pemenang anugerah ini adalah berdasarkan kepada kateria berikut;

- 16.2.2.1 Hadiah-hadiah peserta terbaik akan diberi kepada peserta berdasarkan **pemecah rekod baru** berstatus (ikut ranking kejohanan) MSSM, MSSPP, ZON dan **jumlah rekod yang diperbaharui** dengan mengambilkira bilangan pingat emas, perak dan gangsa. Sekiranya kedudukan sama usia rekod diambil kira. .
- 16.2.2.2 Sekiranya tiada rekod yang diatasi / dicatat, jumlah pungutan pingat emas atau perak atau gangsa dalam acara individu akan diambil kira.
- 16.2.2.3 Sekiranya pungutan pingat emas masih sama, pungutan pingat perak dan pingat gangsa dalam acara individu akan diambil kira.
Sekiranya kedudukan pingat masih sama juga, maka keputusan akan dibuat berdasarkan **Jadual Mengira Mata IAAF** bagi pencapaian terbaik acara tertentu setiap peserta (*walaupun ukuran berat bagi acara lontaran tidak sama dengan kehendak IAAF*)
Bagi acara yang tiada dalam Jadual Mengira Mata IAAF. Penentuan pemenang akan ditentukan oleh Panel Pemilihan .
- 16.2.2.4 Olahragawan dan olahragawati di beri kepada peserta terbaik keseluruhan (lelaki dan perempuan).



16.3 Johan Keseluruhan

Johan Keseluruhan ialah Kontinjen Olahraga Zon yang memenangi **pingat emas terbanyak** bagi keseluruhan kategori **P12 TKB, L12 TKB, P15 TKB, P18 TKB, L15 TKB dan L18 TKB**. Jika berlaku seri, kiraan pingat perak terbanyak akan di ambil kira; jika masih seri, kiraan pungutan pingat gangsa terbanyak akan diambil kira.

17 SARINGAN / SEPARUH AKHIR / AKHIR

17.1 Lapan ukuran terbaik akan layak ke peringkat akhir bagi acara padang.

17.2 100 meter, 200 meter, 400 meter, 4x100m, 4x200m, 4x400m

Saringan	Cara Penentuan	Jumlah
8 dan ke atas	8 yang terpantas	8
7	1 yang pertama & 1 lagi terpantas	8
6	1 yang pertama & 2 lagi terpantas	8
5	1 yang pertama & 3 lagi terpantas	8
4	1 yang pertama & 4 lagi terpantas	8
3	2 yang pertama & 2 lagi terpantas	8
2	3 yang pertama & 2 lagi terpantas	8

18 BIB NOMBOR MSSPP PERINGKAT ZON DAN NEGERI

18.1 Kod-kod warna dan nombor berikut akan digunakan untuk kelas dan jantina

- 18.1.1 Peringkat Umur 18 Tahun Ke Bawah - Nombor warna hitam
- 18.1.2 Peringkat Umur 15 Tahun Ke Bawah - Nombor warna merah
- 18.1.3 Peringkat Umur 12 Tahun Ke Bawah - Nombor warna biru

18.2 Huruf dan Nombor Peserta

19 BANTAHAN

Rujuk Peraturan Am MSSM / MSSPP Perkara 12

20. HAK – HAK JAWATANKUASA PENGELOLA

- 20.1 Tiap-tiap acara akan dijalankan mengikut tarikh dan waktu seperti yang ditetapkan, tetapi Jawatankuasa Pengelola dengan persetujuan Pengerusi Teknik dan Pembangunan Olahraga ZON / MSSPP, berhak meminda susunan acara jika difikirkan perlu. Jika berlaku pemindaan, Pengurus-Pengurus Pasukan akan diberitahu.
- 20.2 Jawatankuasa Pengelola berhak memutuskan sebarang perkara yang tidak tercatat dalam Undang-Undang Olahraga KOM terkini, Peraturan-Peraturan Am MSSM / MSSPP atau Peraturan-Peraturan Pertandingan Kejohanan Olahraga ZON / MSSPP.



21. HAL – HAL LAIN

- 21.1. Tempat-tempat khas akan disediakan untuk peserta-peserta dan pegawai-pegawai. Individu yang tidak berkenaan DILARANG masuk ke tempat-tempat khas tersebut
- 21.2. Selain daripada Pegawai-Pegawai Teknik yang bertugas dan peserta-peserta yang mengambil bahagian, **TIDAK SESIAPAPUN DIBENARKAN MASUK KE ARENA PERTANDINGAN KECUALI DENGAN KEBENARAN PENGURUS KEJOHANAN**
- 21.3. Jawatankuasa tidak bertanggungjawab ke atas kemalangan, kematian, kecacatan anggota, kehilangan anggota badan / harta benda / sebarang kecederaan lain berlaku :
 - 21.3.1. Semasa perjalanan pergi dan balik dari penginapan ke stadium
 - 21.3.2. Semasa kejohanan dijalankan
 - 21.3.3. Di dalam dan di luar kawasan stadium
- 21.4. Walau bagaimanapun, pihak Pengelola Kejohanan akan berusaha untuk mengambil langkah-langkah bagi memastikan keselamatan dan kesejahteraan peserta dan pegawai terjamin setakat mana yang munasabah