

**KARNIVAL SUKAN INSTUN 2021**  
**SEMPENA HARI SUKAN NEGARA**

**BUTIRAN PROGRAM**

- Tempat** : Institut Tanah Dan Ukur Negara
- Tarikh** : 11 Oktober Sehingga 28 Oktober 2021
- Aktiviti Sukan** : **Indoor Games**
- a) Limbo
  - b) Karom 1 lawan 1
  - c) Penalty Dart
  - d) Jom Naik Aji
  - e) Congkak
  - f) Batu Seremban
- Outdoor Games**
- g) Netball Pro Shooter
  - h) Penaldo

- Penyertaan** : Semua Bahagian terdiri daripada:-
- a) Bahagian Pentadbiran dan Kewangan
  - b) Bahagian Pengurusan dan Perundangan Tanah
  - c) Bahagian Penyelidikan dan Pembangunan
  - d) Bahagian Ukur dan Pemetaan
  - e) Bahagian Teknologi Maklumat

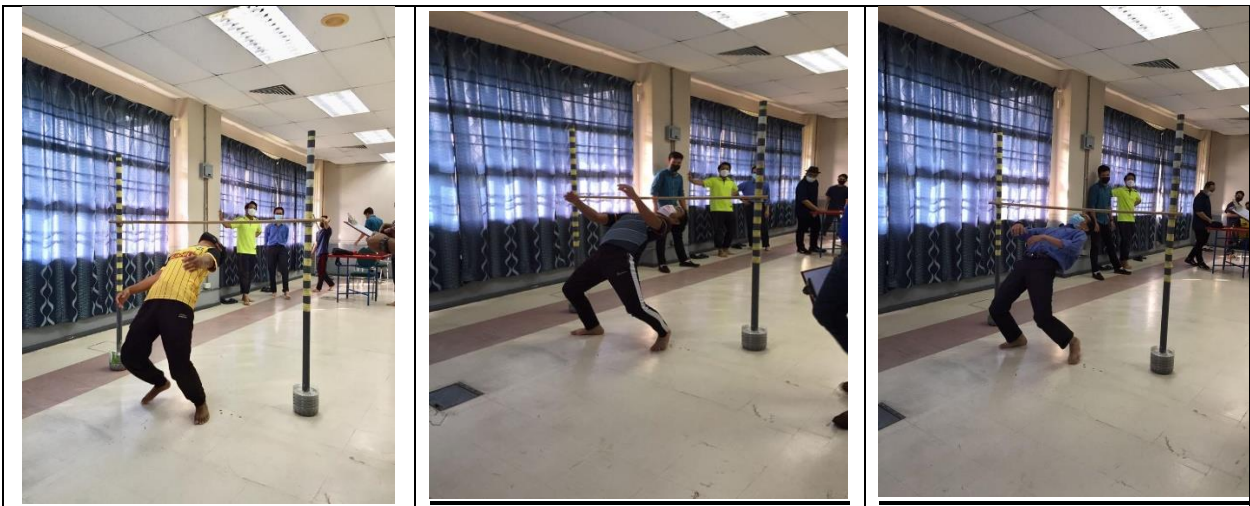
**OBJEKTIF**

- a) Bagi menyahut saranan Kementerian Belia dan Sukan sempena Hari Sukan Negara untuk mengadakan satu aktiviti riadah dan sukan dalaman di Jabatan.
- b) Mengeratkan silaturrahim dan memupuk semangat Kerjasama.
- c) Mengamalkan gaya hidup yang sihat dan lebih aktif dikalangan kakitangan INSTUN
- d) Satu aktiviti untuk mengalakkan kakitangan untuk menyertai sukan dalaman dan ini adalah satu kebaikan atau Langkah untuk mengurangkan rasa stress.

## AKTIVITI SUKAN DALAMAN

Jenis sukan : Limbo  
Tarikh : 11 Oktober 2021, (Isnin)  
Kategori : Lelaki & Perempuan  
Syarat Pertandingan : a) Terdiri daripada 6 orang pemain (3 lelaki dan perempuan)  
b) Pemain yang boleh melepasi palang terendah dikira pemenang

### Gambar Aktiviti sukan



#### Kategori lelaki

**Pingat Emas : Pentadbiran dan Kewangan**  
**Pingat Perak : Pengurusan dan Perundangan Tanah**  
**Pingat Gangsa: Pentadbiran dan Kewangan**  
**Pengurusan dan Perundangan Tanah**



#### Kategori perempuan

**Pingat Emas : Ukur dan Pemetaan**  
**Pingat Perak : Penyelidikan dan Pembangunan**  
**Pingat Gangsa : Penyelidikan dan Pembangunan**

Jenis sukan : Karom 1 on 1  
Tarikh : 13 & 14 Oktober 2021 , (Rabu & Khamis)  
Kategori : Lelaki & Perempuan  
Syarat Pertandingan : a) 4 orang pemain (2 lelaki & 2 perempuan)  
b) 9 buah karom perlu dimasukkan (hitam dan putih)  
c) Jika 'striker' karom masuk lubang ,letak sebiji buah karom  
d) Jika masukkan buah karom lawan,letak sebiji buah karom  
e) Pemain yang habiskan semua buah dikira pemenang

### Gambar Aktiviti Sukan



#### **Kategori lelaki**

**Pingat Emas : Pentadbiran dan Kewangan**

**Pingat Perak : Ukur dan Pemetaan**

**Pingat Gangsa : Ukur dan Pemetaan**

#### **Kategori Perempuan**

**Pingat Emas : Ukur dan Pemetaan**

**Pingat Perak : Pentadbiran dan Kewangan**

**Pingat Gangsa : Pentadbiran dan Kewangan**



Jenis sukan : Penalty Dart  
Tarikh : 18 Oktober 2021 , (Isnin)  
Kategori : Campuran  
Syarat Pertandingan : a) 4 orang pemain (wajib 1 perempuan)  
b) 4 bahagian dengan mata tertinggi akan layak ke separuh akhir  
c) Jumlah mata balingan dart tertinggi dikira sebagai pemenang.

### Gambar Aktiviti Sukan



**Kategori campuran**

**Pingat Emas : Penyelidikan dan Pembangunan**

**Pingat Perak : Ukur dan Pemetaan**

**Pingat Gangsa : Teknologi Maklumat**

Jenis sukan : Jom Naik Aji  
Tarikh : 20 Oktober 2021 , (Rabu)  
Kategori : Lelaki  
Syarat Pertandingan : a) Konsep 3 on 3

### Gambar Aktiviti Sukan



### **Kategori lelaki**

**Pingat Emas : Pengurusan dan Perundangan Tanah**

**Pingat Perak : Pentadbiran dan Kewangan**

**Pingat Gangsa : Ukur dan Pemetaan**



Jenis sukan : Congkak  
Tarikh : 20 Oktober 2021 , (Rabu)  
Kategori : Perempuan  
Syarat Pertandingan : a) Konsep 3 on 3

### Gambar Aktiviti Sukan



#### **Kategori Perempuan**

**Pingat Emas : Pentadbiran & Kewangan**

**Pingat Perak : Teknologi Maklumat**

**Pingat Gangsa: Penyelidikan & Pembangunan**



Jenis sukan : Batu Seremban  
Tarikh : 21 Oktober 2021 , (Khamis)  
Kategori : Lelaki & Perempuan  
Syarat Pertandingan :

- a) Permainan secara individu mewakili bahagian (2 Lelaki & Perempuan)
- b) Pemain yang mencapai 100 mata dahulu dikira pemenang
- c) 2 individu tertinggi dalam kumpulan akan layak ke peringkat separuh akhir
- d) Peringkat separuh akhir & akhir yang mencapai 200 mata dahulu dikira sebagai pemenang

### Gambar Aktiviti Sukan



#### **Kategori Lelaki**

**Pingat Emas : Teknologi Maklumat**  
**Pingat Perak : Teknologi Maklumat**  
**Pingat Gangsa : Ukur dan Pemetaan**

#### **Kategori Perempuan**

**Pingat Emas : Pentadbiran dan Kewangan**  
**Pingat Perak : Pengurusan dan Perundangan Tanah**  
**Pingat Gangsa : Penyelidikan dan Pembangunan**



Jenis sukan : Netball Pro Shooter  
 Tarikh : 28 Oktober 2021, (Khamis)  
 Kategori : Lelaki & Perempuan  
 Syarat Pertandingan  
 a) 6 orang pemain (3 lelaki dan 3 perempuan)  
 b) Konsep 3 on 3  
 c) 4 bahagian dengan mata tertinggi akan layak ke separuh akhir  
 d) Peringkat separuh akhir dan akhir, jarak shoot tersebut akan ditambah

**Gambar Aktiviti Sukan**



**Kategori Lelaki**

**Pingat Emas : Pentadbiran & Kewangan**  
**Pingat Perak : Penyelidikan & Pembangunan**  
**Pingat Gangsa : Teknologi Maklumat**

**Kategori Perempuan**

**Pingat Emas : Penyelidikan & Pembangunan**  
**Pingat Perak : Teknologi Maklumat**  
**Pingat Gangsa : Pengurusan & Perundangan Tanah**



Jenis sukan : Penaldo  
Tarikh : 28 Oktober 2021 , (Khamis)  
Kategori : Lelaki

Syarat Pertandingan

- 5-6 orang pemain (minimum 5 pemain termasuk keeper)
- Sama macam penalti bola sepak
- Keeper boleh tukar – tukar
- Peringkat separuh akhir,akhir perlu guna *weak foot*.

### **Gambar Aktiviti Sukan**



**Kategori lelaki**

**Pingat Emas : Pentadbiran dan Kewangan**  
**Pingat Perak : Pengurusan dan Perundangan Tanah**  
**Pingat Gangsa : Penyelidikan dan Pembangunan**

## Pungutan Pingat Keseluruhan

# KARNIVAL SUKAN INSTUN 2021

## CARTA KEDUDUKAN PINGAT TERAKHIR



KEDUDUKAN	PASUKAN	PERLAWANAN	EMAS	PERAK	GANGSA	JUMLAH
1	BPK	12	6	2	2	10
2	BPP	12	2	2	4	8
3	BUP	12	2	2	3	7
4	BPPT	12	1	3	2	6
	BTM	12	1	3	2	6

- \* BPK - BAHAGIAN PENTADBIRAN DAN KEWANGAN  
BUP - BAHAGIAN UKUR DAN PEMETAAN  
BPP - BAHAGIAN PENYELIDIKAN DAN PEMBANGUNAN  
BPPT - BAHAGIAN PENGURUSAN DAN PERUNDANGAN TANAH  
BTM - BAHAGIAN TEKNOLOGI MAKLUMAT



#### **a. Kelebihan Dan Kebaikan Program**

- Memastikan semua peserta mendapat manfaat daripada sudut kesihatan dan dijadikan aktiviti ini sebagai aktiviti harian.
- Sentiasa peka akan masalah kesihatan jika mengekalkan aktiviti sebagai aktiviti harian akan memberi impak yang positif.
- Mengurangkan stres dan mengeratkan silaturrahim dikalangan kakitangan.
- Bersukan dapat menjamin kesihatan yang baik dan menguatkan ukhwah dikalangan kakitangan.
- Memberi penekanan bahawa Hari Sukan Negara ini memberi impak yang positif dalam menggalakkan orang ramai untuk beriadah.

Secara keseluruhan program sukan ini mendapat sambutan yang amat menggalakkan daripada semua peserta dan menerima maklumbalas yang positif. Pihak pelaksana program amat berterima kasih kepada semua yang terlibat termasuk AJK Kelab INSTUN, Jawatankuasa induk dan kecil dan tidak lupa juga kepada Penaung yang merealisasikan pelaksanaan program ini. Terdapat banyak impak yang positif melalui program ini adalah seperti berikut :

- Mewujudkan semangat yang harmoni di kalangan peserta
- Mewujudkan ukhwah yang rapat antara satu sama lain
- Dapat menanam sifat bersenam di kalangan peserta
- Menjadikan aktiviti ini sebagai riadah yang berpanjangan