

## **PERLAWANAN PERSAHABATAN**

### **INSTUN FC VS UPSI FC**

#### **BUTIRAN PROGRAM**

<b>Tempat</b>	: Stadium Padang Kampus Sultan Azlan Shah, Proton City
<b>Tarikh</b>	: 31 Mac 2022 (Khamis)
<b>Aktiviti Sukan</b>	: Perlawanan Persahabatan INSTUN FC VS UPSI FC
<b>Penglibatan</b>	: 19 Pemain
<b>Anjuran</b>	: Biro Sukan dan Rekreasi Kelab INSTUN

#### **OBJEKTIF**

- a) Meningkatkan kekuatan fizikal dan mental ketika berada dalam perlawanan.
- b) Kerjasama yang erat dan meningkatkan kualiti permainan.

#### **KEPUTUSAN AKTIVITI SEPANJANG PERLAWANAN**

Perlawanan Persahabatan antara INSTUN FC menentang UPSI FC telah mencatatkan keputusan berikut :

#### **INSTUN FC (1) vs UPSI FC (3)**

Ini adalah perlawanan persahabatan yang ketiga bagi pasukan INSTUN FC. Lebih istimewa, perlawanan kali ini turut disertai oleh Tuan Pengarah INSTUN sendiri. Walaupun telah tumpas dan dibolosi sehingga 3 gol, pengalaman yang diperolehi dari perlawanan ini tidak ternilai bagi pasukan ini. Para pemain menunjukkan sikap juang yang tinggi dan tidak mengalah sehingga ke tiupan wisel penamat. Persefahaman Pasukan INSTUN FC tampak berbeza dan menunjukkan peningkatan dengan banyak, susun atur gerakan bermula dan melibatkan pelbagai posisi. Formasi dan stamina juga adalah salah satu penambahbaikan yang wajib dilakukan bagi mengekal keputusan yang terbaik pada perlawanan-perlawanan akan datang. Selain itu, perkara utama yang paling ketara adalah peningkatan daripada segi kawalan bola yang semakin baik dalam kalangan pemain dan dengan anjuran perlawanan seperti ini dapat meningkatkan kesefahaman di antara pemain.

## Gambar Aktiviti Sepanjang Perlawanan



Secara keseluruhan perlawanan persahabatan ini juga adalah satu pendekatan yang baik bagi memastikan barisan pemain INSTUN FC sentiasa dalam keadaan bersedia sekiranya perlu berhadapan dengan perlawanan-perlawanan yang dianjurkan. Selain itu, perlawanan persahabatan ini juga dapat meningkatkan pelbagai perkara positif antaranya adalah seperti berikut :

- Meningkatkan kesedaran tentang kesihatan
- Meningkatkan kesefahaman antara pemain
- Mewujudkan ukhuwah yang rapat antara satu sama lain
- Meningkatkan stamina supaya berada dalam keadaan yang kondusif
- Mengeratkan silaturahim antara satu sama lain.