



PEMBUKAAN SEKTOR SUKAN / REKREASI MENGIKUT FASA

FASA 1

Aktiviti sukan / rekreasi yang dilakukan di Kawasan terbuka dan tidak melebihi 10 orang.

FASA 2

- Aktiviti sukan / rekreasi:
- a) **TIDAK BERSENTUHAN FIZIKAL**
 - b) Permainan/perlawanan untuk 5 kumpulan sukan iaitu Air, Individu, Permotoran, Ekstrem /Udara dan Riadah
 - c) Latihan untuk semua kumpulan sukan

FASA 3

(kuatkuasa:
15 JULAI 2020)

- Aktiviti sukan / rekreasi **BERSENTUHAN FIZIKAL**.
- Penganjuran kejohanan / pertandingan bagi sukan **TIDAK BERSENTUHAN FIZIKAL** di peringkat tempatan dengan syarat tanpa kehadiran penyokong / penonton /kumpulan sorak dan sebagainya.

FASA 4

(kuatkuasa:
15 OGOS 2020)

Penganjuran kejohanan / pertandingan peringkat tempatan bagi semua kumpulan sukan dengan syarat tanpa kehadiran penyokong / penonton /kumpulan sorak dan sebagainya.



AKTIVITI SUKAN / REKREASI DILARANG MENGIKUT FASA

FASA 2

- Aktiviti sukan / rekreasi yang bersentuhan fizikal (anggota badan)
- Aktiviti perlawanan atau permainan bagi Sukan Berpasukan dan Sukan Tempur / Kombat.
- Penganjuran kejohanan / pertandingan yang melibatkan selain dari pemain seperti pegawai teknikal, penyokong dan penonton.

FASA 3

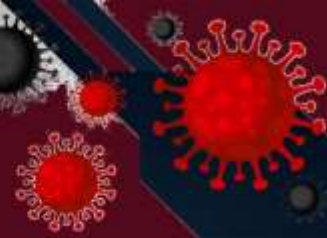
(kuatkuasa:
15 JULAI 2020)

- Penganjuran kejohanan / pertandingan bagi aktiviti sukan / rekreasi bersentuhan fizikal (Kumpulan Sukan Berpasukan dan Sukan Tempur /Kombat).
- Penganjuran kejohanan / pertandingan peringkat antarabangsa.
- Penganjuran kejohanan / pertandingan dengan penglibatan penyokong / penonton / kumpulan sorak dan sebagainya.

FASA 4

(kuatkuasa:
15 OGOS 2020)

- Penganjuran kejohanan / pertandingan peringkat antarabangsa.
- Penganjuran kejohanan / pertandingan dengan penglibatan penyokong / penonton / kumpulan sorak dan sebagainya.



Pastikan penjarakan sosial



01

Pastikan memuat turun dan mendaftar aplikasi MySejahtera ke dalam telefon bimbit masing-masing untuk pengesanan kontak rapat (*contact tracing*).



02

Pastikan pemakaian face mask sebelum dan selepas aktiviti



03

Pastikan langkah-langkah kebersihan sebelum, semasa dan selepas menjalankan aktiviti dipatuhi.



04

DILARANG meludah, sembarangan / merata-rata



05

PROTOKOL AM INDIVIDU

12



Membuat tempahan / pengesanan slot atas talian / telefon sebelum hadir ke premis / venue.

11

SOP

Pastikan mematuhi prosedur dan arahan yang ditetapkan sepanjang masa.

10



DILARANG berkongsi air minuman, makanan, pakaian, tuala muka dan peralatan peribadi

09



Pastikan pengurangan interaksi sosial sebelum, semasa dan selepas aktiviti sukan / rekreasi dilakukan.

08



Pastikan tidak bersalaman / bersentuhan tangan dan fizikal dengan sengaja serta kurangkan interaksi sosial.

07

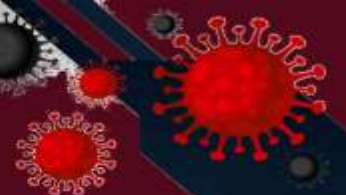


Pastikan meninggalkan premis / tempat latihan secepat mungkin selepas aktiviti sukan / rekreasi dijalankan.

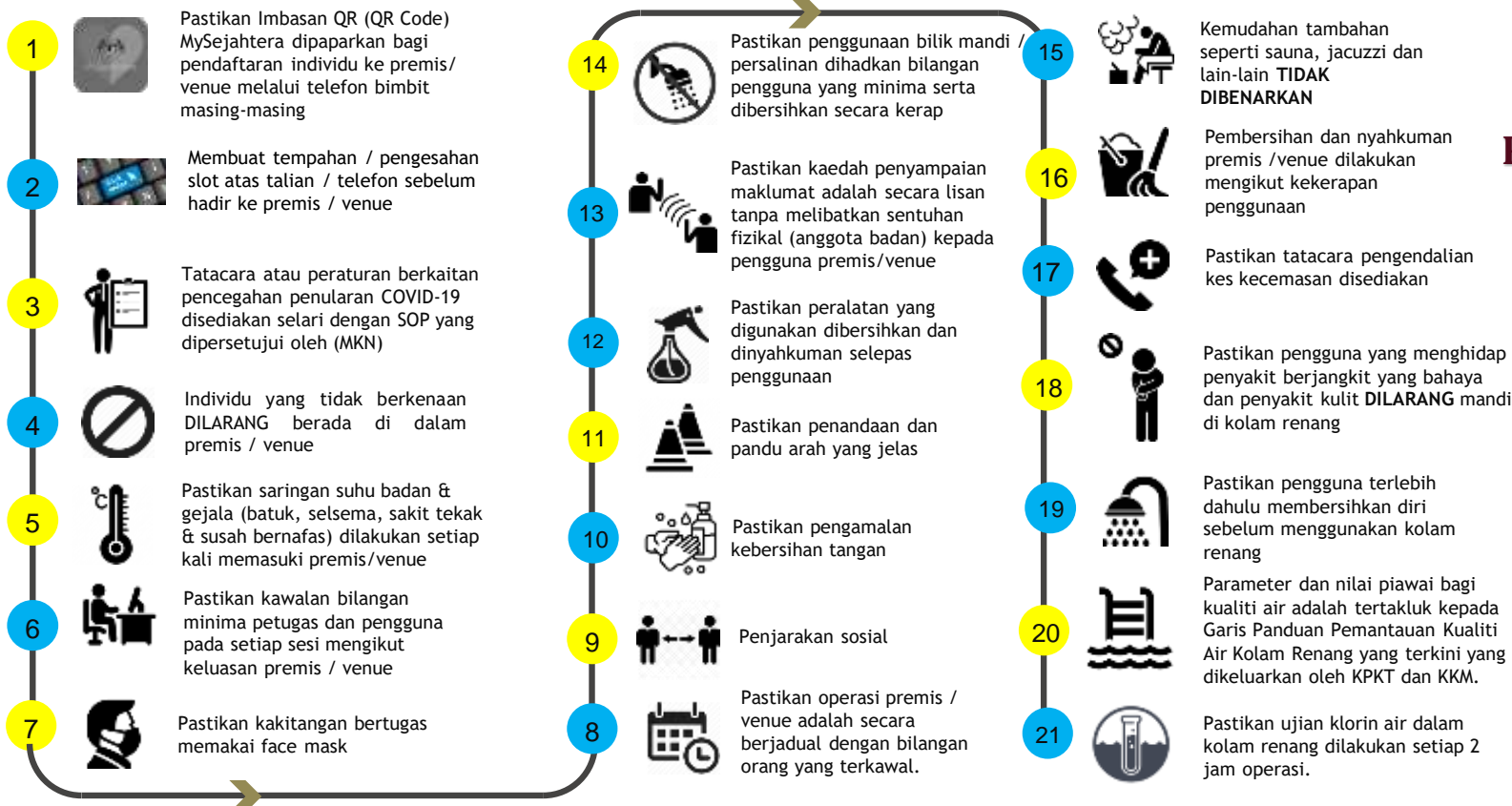
06

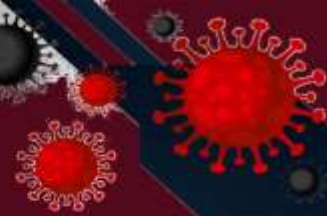


Pastikan peralatan yang dikongsi dibersihkan, dinyahkuman dan disimpan dalam keadaan yang baik



PROTOKOL AM PENGURUSAN





PROTOKOL AM PRA PENGANJURAN

PROTOKOL AM PENGANJURAN

01



Pastikan penjarakan sosial

02



Pastikan setiap individu mendaftar menggunakan Imbasan QR (QR Code) aplikasi Mysejahtera yang dipaparkan di premis /venue melalui telefon bimbit masing-masing.

03



Pastikan pemeriksaan suhu badan dan saringan gejala (batuk, selsema, sakit tekak & susah bernafas) dilakukan di setiap pintu masuk venue /premis. Individu yang mempunyai suhu melebihi 37.5° Celcius dan /atau bergejala (batuk, selsema, sakit tekak & susah bernafas) **DILARANG** memasuki premis /venue.

08



Digalakkan menggunakan peralatan makanan *biodegradable* pakai-buang bagi penyediaan makanan di premis /venue kejohanan / pertandingan dianjurkan.

06



Pastikan pemeriksaan suhu badan secara berkala sepanjang berada di venue / premis.

05



Pastikan proses pembersihan dan disinfeksi permukaan dan peralatan yang kerap disentuh / digunakan dilakukan sekurang-kurangnya 3 kali sehari.

04



Pastikan tangan dibersihkan dengan pencuci tangan / hand sanitizer yang disediakan sebelum dan sepanjang berada di venue /premis secara kerap.

09



Pastikan pemakaian pelitup muka oleh setiap petugas sepanjang masa. Manakala bagi atlet pula, pastikan pemakaian pelitup muka adalah sebelum dan selepas pertandingan dijalankan.

10



Pastikan kaedah penyampaian maklumat / arahan adalah dilakukan secara lisan tanpa melibatkan sentuhan fizikal (anggota badan).

11



Pastikan ada kawalan bilangan minima peserta dan petugas bagi setiap sesi mengikut keluasan premis /venue.