

PROSEDUR PERMOHONAN KURSUS SAINS SUKAN



PESERTA

AKADEMI KEJURULATIHAN KEBANGSAAN

BERKUATKUASA 1 JANUARI 2018

1.0 PENGENALAN

Kepimpinan Akademi Kejurulatihan Kebangsaan (AKK) telah diserahkan secara rasminya dibawah pentadbiran Institut Sukan Negara (ISN) dari Majlis Sukan Negara Malaysia (MSN) yang beroperasi sepenuhnya mulai 1 Julai 2015. Peralihan tugas ini telah diumumkan oleh Menteri Belia dan Sukan pada 12 Februari 2015.

2.0 LATAR BELAKANG

2.1 Skim Pensijilan Kejurulatihan Kebangsaan (SPKK) telah diwujudkan bagi memberi pendidikan formal di dalam bidang kejurulatihan sukan.

2.2 Skim ini terbahagi kepada tiga tahap iaitu Tahap I, II dan III. Setiap tahap mengandungi komponen berikut :

2.2.1. Kursus Sains Sukan (KSS) (Kelolaan AKK) – dengan kerjasama Majlis Sukan Negeri.

2.2.2. Kursus Sukan Spesifik / Pengkhususan Sukan- kelolaan Persatuan Sukan Kebangsaan (PSK) dan Praktikum Sukan Spesifik / Pengkhususan Sukan- kelolaan PSK

3.0 OBJEKTIF KURSUS SAINS SUKAN

3.1 Melatih, melengkap dan meningkatkan pengetahuan jurulatih dalam bidang Sains Sukan agar dapat memajukan lagi corak dan kaedah kejurulatihan terkini untuk membantu mempertingkatkan lagi prestasi dan pencapaian sukan negara.

3.2 Kursus Sains Sukan merupakan satu aspek penting untuk permohonan kad lesen kejurulatihan menerusi Skim Perlesenan Kejurulatihan Kebangsaan (SLKK) (Rujuk Prosedur SLKK), bagi mengiktiraf jurulatih yang berkeelayakan.

4.0 SYARAT DAN KELAYAKAN PERMOHONAN KURSUS SAINS SUKAN (KSS)

- 4.1 Terbuka kepada semua individu yang berminat dalam bidang kejurulatihan dan sukan.
- 4.2 *Umur tidak kurang daripada 18 tahun (tahun kursus dimohon).*
- 4.3 Permohonan harus menggunakan **borang permohonan** yang disediakan dan di hantar kepada pihak penganjur. (contoh : jika di Negeri Perlis permohonan harus dihantar kepada Majlis Sukan Negeri Perlis).
- 4.4 Untuk permohonan KSS Tahap II, perlu dilampirkan salinan Sijil KSS Tahap I atau Sijil Persamaan Taraf Tahap I (Rujuk Prosedur Persamaan Taraf).
- 4.5 Untuk permohonan KSS Tahap III, perlu dilampirkan salinan Sijil KSS Tahap II atau Sijil Persamaan Taraf Tahap II.
- 4.6 Peserta yang LULUS sahaja akan menerima sijil, manakala peserta yang gagal yang ingin mengulangi kursus boleh menduduki kursus daripada awal.

5.0 SIJIL PERSAMAAN TARAF

- 5.1 Sijil Persamaan Taraf merupakan kelebihan yang diberikan kepada pemohon yang telah mempunyai kelulusan ijazah sarjana muda/sarjana/ doktor falsafah dalam bidang yang berkenaan untuk melayakkan diri menduduki KSS Tahap II tanpa menduduki KSS Tahap I, atau jika pemohon ingin menduduki Tahap III tanpa KSS Tahap II. Kelayakan memohon Sijil tersebut adalah seperti berikut:

KSS	SIJIL PERSAMAAN TARAF
Tahap I	Sijil Persamaan Taraf Tahap I Pemohon mempunyai Ijazah sarjana muda dalam Sains Sukan atau Pendidikan Jasmani atau yang setara dengannya
Tahap II	Sijil Persamaan Taraf Tahap II Pemohon mempunyai Ijazah Sarjana dalam Sains Sukan atau Pendidikan Jasmani atau yang setara dengannya
Tahap III	Sijil Persamaan Taraf Tahap III Pemohon mempunyai Doktor Falsafah dalam Sains Sukan atau Pendidikan Jasmani atau yang setara dengannya

- 5.2 Sijil Persamaan Taraf juga boleh digunakan untuk memohon Lesen Kejurulatihan di bawah SLKK
- 5.3 Peserta yang ingin mendapatkan pengesahan persamaan taraf perlu mengisi **Borang Persamaan Taraf Sains Sukan** yang boleh didapati di laman web ISN atau di Pejabat AKK.
- 5.4 Permohonan harus disertakan bersama salinan transkrip Ijazah Sarjana Muda/ Ijazah Sarjana/ Doktor Falsafah secara tunai.
- i. **Sijil Persamaan Taraf Tahap I = RM50.00**
- ii. **Sijil Persamaan Taraf Tahap II = RM 75.00**
- iii. **Sijil Persamaan Taraf Tahap III = RM100.00**
- 5.5 Untuk maklumat lanjut sila semak di Prosedur Permohonan Persamaan Taraf Kursus Sains Sukan.

6.0 CARA PERMOHONAN KSS

- 6.1 Setiap peserta harus membaca dan memahami Prosedur Permohonan Kursus Sains Sukan ini sebelum mengisi dan menghantar borang permohonan kepada pihak penganjur.
- 6.2 Peserta harus mengisi maklumat permohonan menggunakan borang permohonan yang disediakan oleh pihak AKK (*AKK/SPKK/Pin.3/2017*) sahaja.
- 6.3 Borang permohonan boleh di muat turun melalui laman web isn.gov.my (klik kejurulatihan (AKK)) atau terus ke lama web coachingacademy.isn.gov.my, atau boleh diambil di pejabat AKK.
- 6.4 Borang permohonan tersebut harus dihantarkan kepada alamat pihak penganjur kursus sains sukan (Rujuk alamat penganjur).
- 6.5 Sekiranya bilangan peserta telah mencapai kuota yang telah ditetapkan oleh penganjur, pendaftaran akan ditutup serta merta.
- 6.6 Peserta harus menulis maklumat di borang permohonan dengan **jelas** dan **terang**. Sekiranya terdapat borang yang tidak jelas atau meragukan, pihak penganjur **berhak untuk menolak permohonan** tersebut.
- 6.7 Borang yang dihantar melalui emel atau faks tidak akan dilayan.
- 6.8 Adalah menjadi tanggungjawab peserta untuk menghubungi pihak penganjur untuk menentukan kelulusan untuk mengikuti kursus, seminggu sebelum bermula kursus.
- 6.9 Pihak penganjur akan memberi keutamaan kepada peserta yang menghantar borang permohonan terawal dan lengkap. Namun pihak penganjur mempunyai hak untuk menentukan peserta yang akan mengikuti KSS ini.
- 6.10 Berikut adalah maklumat alamat penganjur dan perhubungan yang boleh dihubungi diperingkat negeri:

BIL	NEGERI	ALAMAT PEJABAT	NO TELEFON
1	IBU PEJABAT AKADEMI KEJURLATIHAN KEBANGSAAN KUALA LUMPUR	AKADEMI KEJURULATIHAN KEBANGSAAN ARAS 3, GIMNASIUM 3, INSTITUT SUKAN NEGARA, KOMPLEKS SUKAN NEGARA, BUKIT JALIL, 57000KUALA LUMPUR.	03-8991 4504
2	PERLIS	MAJLIS SUKAN NEGERI PERLIS KOMPLEKS SUKAN TUANKU SYED PUTRA, 01000 KANGAR, PERLIS	04-9767406
3	KEDAH	MAJLIS SUKAN NEGERI KEDAH STADIUM SULTAN ABDUL HALIM, JALAN SUKA MENANTI, 05150, ALOR STAR, KEDAH	04-7303362
4	PULAU PINANG	MAJLIS SUKAN NEGERI PULAU PINANG JALAN SULTAN AZLAN SHAH, BATU UBAN, 11700 PULAU PINANG	04-6593715
5	PERAK	MAJLIS SUKAN NEGERI PERAK ARAS 2, WISMA MAJLIS SUKAN NEGERI PERAK, JALAN GHAZALI JAWI, 31400 IPOH PERAK	05-5478885
6	SELANGOR	MAJLIS SUKAN NEGERI SELANGOR, ARAS 2&3, KOMPLEKS BELIA & KEBUDAYAAN NEGERI SELANGOR, LOT 4, JALAN PLATINUM 7/52, PERSIARAN KAYANGAN, SEKSYEN 7, 40000, SHAH ALAM, SELANGOR DARUL EHSAN	03-55196380
7	WILAYAH PERSEKUTUAN	MAJLIS SUKAN WILAYAH PERSEKUTUAN ARAS 2, BLOK 1, MENARA SERI WILAYAH, PRESINT 2, 62100, PUTRAJAYA.	03-88926600
8	NEGERI SEMBILAN	MAJLIS SUKAN NEGERI SEMBILAN KOMPLEKS SUKAN PAROI, JALAN SEREMBAN – KUALA PILAH, 70400, SEREMBAN, NEGERI SEMBILAN	06-6751311 06-6751102
9	MELAKA	MAJLIS SUKAN NEGERI MELAKA JALAN LAWN BOWLS, KOMPLEKS SUKAN HANG JEBAT, 75260 KRUBONG, MELAKA	06-3363100

10	JOHOR	MAJLIS SUKAN NEGARA JOHOR, ARAS 1, BANGUNAN DATO' MUHAMMAD IBRAHIM MUNSUYI, 79000, KOTA ISKANDAR, NUSAJAYA JOHOR.	07-2661698 07-2661699
11	PAHANG	MAJLIS SUKAN NEGERI PAHANG, KOMPLEKS SUKPA, BANDAR INDERA MAHKOTA, 25200 KUANTAN PAHANG.	09-5735480
12	TERENGGANU	MAJLIS SUKAN NEGERI TERENGGANU GERBANG SUKAN NEGERI TERENGGANU, JALAN LAPANGAN TERBANG, GONG BADAK, 21300 KUALA TERENGGANU, TERENGGANU	09-6672577 09-6672578
13	KELANTAN	MAJLIS SUKAN NEGERI KELANTAN WISMA SUKAN, JALAN TELIPOT, 15150 KOTA BHARU, KELANTAN	09-7487088
14	SARAWAK	MAJLIS SUKAN NEGERI SARAWAK, D/A DEWAN SUARAH KUCHING, JALAN TAMAN BUDAYA, 93000 KUCHING, SARAWAK	082-251330 082-245015(PA)
15	SABAH	MAJLIS SUKAN NEGERI SABAH TINGKAT 4, BLOK A, WISMA MUIS, 88999 KOTA KINABALU, SABAH	088-538396
16	WILAYAH PERSEKUTUAN (LABUAN)	MAJLIS SUKAN LABUAN DEWAN SERBAGUNA PERBADANAN JALAN MAT SALLEH, PETI SURAT 81697 87008 WILAYAH PERSEKUTUAN LABUAN	087-428331(PA) 087-427331 (PENGARAH) 087-426331 (PENTADBIR)

7.0 YURAN PENDAFTARAN

7.1 Pihak AKK telah menetapkan kadar yuran kursus Sains Sukan Tahap I, II dan III bagi pemohon adalah seperti berikut:

BIL	KURSUS	YURAN PESERTA KURSUS		
		PEMOHON BIASA	MEMILIKI LESEN KEJURULATIHAN (SLKK) / AHLI YAKEB	BUKAN WARGA NEGARA MALAYSIA
1	Tahap I	RM 150	RM 100	RM 200
2	Tahap II	RM 200	RM 150*	RM 300
3	Tahap III	RM 300	RM 250**	RM 400

*Layak bagi pemilik Lesen C sahaja

**Layak bagi pemilik Lesen B sahaja

7.2 Yuran ini TIDAK termasuk tanggungan makan dan minum atau penginapan peserta.

7.3 Peserta harus membuat pembayaran yuran secara wang tunai pada hari pertama kursus kepada penyelaras kursus dan setiap pembayaran akan dikeluarkan resit rasmi penganjur sebagai bukti pembayaran.

7.4 Peserta yang mempunyai kad Lesen Kejurulatihan di bawah SLKK/ kad YAKEB / , **perlu menunjukkan kad tersebut beserta salinan kad** kepada penyelaras semasa waktu pendaftaran untuk mendapatkan diskaun bayaran.

8.0 PENGECCUALIAN BAYARAN

8.1 Pihak AKK hanya akan memberi **pengecualian bayaran yuran** kepada jurulatih **dibawah program ISN atau Majlis Sukan Negara Malaysia (MSN)** yang dilantik secara sepenuh masa (JPM) atau separuh masa (JSM) sahaja.

8.2 Pengecualian bayaran juga diberi kepada pemegang kad OKU (Orang Kelainan Upaya) dengan membawa kad tersebut beserta salinan semasa pendaftaran.

8.3 Pengecualian bayaran tidak diberikan kepada atlet negara.

9.0 TEMPOH KURSUS

9.1 Pihak Akademi Kejurulatihan Kebangsaan telah menetapkan tempoh kursus sains sukan adalah seperti berikut: -

BIL	TAHAP KURSUS	JAM KREDIT	TEMPOH
1	Tahap I	30 Jam	4 1/2 Hari
2	Tahap II	36 Jam	5 1/2 Hari
3	Tahap III	42 Jam	5 1/2 Hari

9.2 Jadual kursus adalah seperti dilampiran dan ianya tertakluk kepada perubahan ketetapan instruktur sains sukan.

10.0 KANDUNGAN KURSUS

10.1 Isi kandungan bagi Kursus Sains Sukan Tahap I adalah 30 jam

BIL.	PERKARA	MASA
1	FALSAFAH KEJURULATIHAN <ul style="list-style-type: none">• Perbezaan Main, Permainan, Sukan.• Konsep Sukan.• Ciri-Ciri Sukan Kompetitif.• Penglibatan Individu Dalam Sukan.• Penglibatan Negara Dalam Sukan.• Mengapa Kesedaran Tentang Sukan Meningkatkan?• Konsep Sains Sukan• Apa Itu Kejurulatihan?• Pentingnya Kejurulatihan Yang Betul• Gaya-Gaya Kejurulatihan• Proses Kejurulatihan• Falsafah Kejurulatihan• Sifat-Sifat Jurulatih Yang Berjaya	2 jam
2	SUKAN DI MALAYSIA <ul style="list-style-type: none">• Sejarah Sukan.• Dasar Sukan Negara.• Struktur Sukan Di Malaysia	2 jam

3	<p>ANATOMI DAN FISILOGI SUKAN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Sistem Rangka. • Sistem Otot Rangka. • Penghasilan Tenaga Semasa Senaman Dan Latihan 	4 jam
4	<p>BIOMEKANIK</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definisi / Rujukan Anatomi Bagi Memahami Pergerakan. • Konsep-Konsep Kinematik Dan Kinetik Dalam Pergerakan. • Hukum-Hukum Newton Dalam Pergerakan. • Teknologi Video Dalam Analisis Pergerakan 	3 jam
5	<p>SUAIAN FIZIKAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan Kepada Latihan Dan Persediaan Fizikal. • Komponen Latihan Dan Persediaan Fizikal • Prinsip-Prinsip Latihan. • Perkembangan Multilateral • Praktikal (3 Jam) 	6 jam
6	<p>PEMAKANAN SUKAN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definisi Pemakanan Sukan. • Fungsi Makro Dan Mikronutrien Dalam Prestasi Sukan. • Kepentingan Air / Hidrasi Dalam Sukan. • Kepentingan Pemakanan Terhadap Prestasi Atlet 	2 jam
7	<p>KOMPETENSI KEJURULATIHAN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perancangan Pengajaran • Mengajar Kemahiran Asas • Merancang Kaedah Pengajaran 	4 jam
8	<p>PSIKOLOGI SUKAN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definisi Psikologi Dan Psikologi Sukan. • Pengenalan Latihan Kemahiran Psikologi Motivasi. • Penetapan Matlamat Sebagai Teknik Meningkatkan Motivasi Atlet. • Kaedah-Kaedah Lain Untuk Memotivasikan Atlet 	2 jam

9	TINGKAH LAKU MOTOR <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Peringkat Perkembangan Motor • Pembelajaran Motor • Praktis 	3 jam
10	KECEDERAAN DAN PERUBATAN SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Keselamatan Sukan. • Pengurusan Kecederaan Sukan. • Bantu Mula Dan Pertolongan Cemas Dalam Sukan. • Kesan Latihan Dalam Kepelbagaian Sukan. 	2 jam
	JUMLAH MASA KURSUS	30 jam

10.2 Isi kandungan Kursus Sains Sukan Tahap II adalah 36 jam.

BIL	PERKARA	MASA
1	FALSAFAH SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Pengenalan • Peranan Jurulatih • Gaya Kejurulatihan • Perbandingan gaya kejurulatihan • Faktor-Faktor Mempengaruhi Gaya Kejurulatihan • Hubungan Falsafah Dan Etika • Kepentingan Etika • Peranan Jurulatih Untuk Mendidik Atlet Di Dalam Dan Luar Latihan. 	2 jam
2	SUKAN DI MALAYSIA <ul style="list-style-type: none"> • Dasar Sukan Negara : strategi dan implementasi • Struktur Pentadbiran Sukan Di Malaysia • Peranan dan fungsi: Skim Persijilan Kejurulatihan Sukan Kebangsaan • Sejarah Perkembangan Sains Sukan 	2 jam
3	ANATOMI DAN FISILOGI SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Ciri Sistem Tenaga • Sistem Saraf • Sistem Kardiorespiratori • Pengambilan Oksigen (VO₂) 	4 jam

	<ul style="list-style-type: none"> • Sistem Endokrin • Kesan Latihan Anaerobik dan Aerobik 	
4	BIOMEKANIK <ul style="list-style-type: none"> • Koordinasi pergerakan • Linear Kinetik • Tuas dalam badan • Analisis Pergerakan – Analisis Kualitatif • Memperkenalkan asas penggunaan perisian analisa video ‘KINOVEA’ 	4 jam
5	SUAIAN FIZIKAL <ul style="list-style-type: none"> • Asas Periodisasi • Merancang periodisasi latihan • Analisa Keperluan • Perancangan sesi Latihan Persediaan Fizikal • Latihan rintangan AMALI (4 jam) <ul style="list-style-type: none"> • Teknik Latihan Asas 	7 jam
6	PEMAKANAN SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Penilaian Status Pemakanan : Komposisi Tubuh Badan Dan Keseimbangan Tenaga • Pemakanan, Sebelum, Semasa Dan Selepas Latihan/Pertandingan • Muatan Karbohidrat • Makanan Tambahan Dan Bahan Ergogenik • Sesi Pembelajaran Berasaskan Masalah 	3 jam
7	KOMPETENSI KEJURULATIHAN <ul style="list-style-type: none"> • Pengukuran Dan Penilaian • Pengurusan Pasukan • Komunikasi • Latihan Berkesan 	4 jam
8	PSIKOLOGI SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Emosi Dalam Sukan • Kebangkitan Emosi • Kebimbangan (Komponen Perasaan Emosi) • Kata Kendiri 	4 jam

	<ul style="list-style-type: none"> • Imageri • Perhatian Dan Tumpuan 	
9	TINGKAH LAKU MOTOR <ul style="list-style-type: none"> • Sumbangan Sensori Terhadap Kawalan Motor • Struktur Dan Fungsi Sistem Kawalan Motor Dalam Pembelajaran • Maklumbalas • Kesesuaian Waktu Memberi Maklumbalas • Ketepatan 	3 jam
10	KECEDERAAN DAN PERUBATAN SUKAN <ul style="list-style-type: none"> • Pengurusan Kecederaan Sukan. • Masalah Kesihatan Dalam Cuaca Panas Dan Sejuk • Teknik Manual Bagi Rawatan Kecederaan • Penggunaan Dadah Dalam Sukan 	3 jam
	JUMLAH MASA KURSUS	36 jam

10.3 Isi kandungan Kursus Sains Sukan Tahap III adalah 42 jam.

BIL.	PERKARA	MASA
1	SPORTS PHILOSOPHY <ul style="list-style-type: none"> • Coaching Ethics-Fair Play, Sportsmanship, Olympic Spirit. • Sports And Athlete's Character Building. • Current Issues In Sport. 	2 hours
2	SPORTS IN MALAYSIA <ul style="list-style-type: none"> • Malaysia's Participation In International Competitors And Multi-Sports Events. • Malaysia's Achievement In International Sports. • Paralympic Sport 	2 hours
3	ANATOMY AND PHYSIOLOGY <ul style="list-style-type: none"> • Physiological And Metabolic Adaptations. • Physiological Responses And Acclimatization To Exercising In Various Environmental Conditions. • Laboratory Testing. 	4 hours

4	BIOMECHANIC <ul style="list-style-type: none"> • Fluid Mechanics (Mekanik Bendalir). • Common Technique Analysis Approach. • Qualitative Video Analysis Of Sport Skill • Measuring Distance • Capturing, Editing And Synchronized Procedure • Compilation And Interpretation Procedure 	4 hours
5	PHYSICAL CONDITIONING <ul style="list-style-type: none"> • Periodization Revisited. • Exercise Prescription. • Assessment And Monitoring. • Speed, Agility And Quickness Training. • Power Training. • Advance Exercise Techniques (Olympic Lifting). • Functional Training. • Practical Session (5 Hours). 	8 hours
6	SPORTS NUTRITION <ul style="list-style-type: none"> • Meal/Menu Planning • Nutrition For Travelling Athlete • Nutrition For Injuries • Nutrition For Special Condition • Problem Based Learning Session 	4 hours
7	COACHING COMPETENCY <ul style="list-style-type: none"> • Risk Management. • Developing Top Level Athletes. • Planning for International Sport Competition • Coaching Development & Presentation • Skills • Media Relation • Problem solving • Decision Making in Sport 	4 hours
8	SPORTS PSYCHOLOGY <ul style="list-style-type: none"> • Team Building And Cohesion • Test And Measurement In Sport Psychology • Plan And Application Of Psychological Skill 	4 hours

	<p>Programme In Training</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tactics, Match Analysis, Match Plan • Perceptual Motor Intelligence 	
9	<p>MOTOR BEHAVIOUR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitating Learning And Performance. Transfer Of Learning. • Skill Learning. • Deliberate Practice in Athletes Training. 	3 hours
10	<p>SPORTS MEDICINE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rehabilitation Of Sports Injury. • Medical Conditions In Athletes. • Medical Preparedness For Competition And Travel. • Aspects Of Jet Lag. • Altitude Sickness 	4 Hours
11	ORAL TEST (ASSESSMENT)	3 hours
	TOTAL HOURS	42 hours

10.4 JADUAL KURSUS SAINS SUKAN TAHAP I

MASA / TARIKH	8.00 - 8.30	8.30 - 9.30	9.30 - 10.30	30 MIN	11.00 - 12.00	12.00 - 1.00	1J 30 MIN	2.30 - 3.30	3.30 - 4.30	30 MIN	5.00 - 6.00	6.00 - 7.00
ISNIN	PENDAFTARAN	FALSAFAH SUKAN		R E H A T	SUKAN DI MALAYSIA		R E H A T	KOMPETENSI KEJURULATIHAN		R E H A T	KOMPETENSI KEJURULATIHAN	
SELASA		ANATOMI & FISIOLOGI SUKAN			ANATOMI & FISIOLOGI SUKAN			PEMAKANAN SUKAN			PERUBATAN SUKAN	
RABU		SUAIAN FIZIKAL (TEORI - PAKAIAN SUKAN SEPANJANG HARI)			SUAIAN FIZIKAL (TEORI)	SUAIAN FIZIKAL (PRAKTIKAL)		SUAIAN FIZIKAL (PRAKTIKAL)				
KHAMIS		BIOMEKANIK			BIOMEKANIK	TINGKAH LAKU MOTOR		TINGKAH LAKU MOTOR			PSIKOLOGI SUKAN	
JUMAAT		8.30 - 10.00 UJIAN (ISN)										

10.5 JADUAL KURSUS SAINS SUKAN TAHAP II

MASA / TARIKH	8.00 - 8.30	8.30 - 9.30	9.30 - 10.30	10.30 - 11.00	11.00 - 12.00	12.00 - 1.00	1.00 - 2.30	2.30 - 3.30	3.30 - 4.30	30 MI N	5.00 - 6.00	6.00 - 7.00
ISNIN	PENDAFTARAN	FALSAFAH SUKAN		R E H A T	SUKAN DI MALAYSIA		R E H A T	ANATOMI & FISIOLOGI SUKAN		R E H A T	ANATOMI & FISIOLOGI SUKAN	
SELASA		KOMPETENSI KEJURULATIHAN			KOMPETENSI KEJURULATIHAN			PEMAKANAN SUKAN			PEMAKANAN SUKAN	
RABU		PSIKOLOGI SUKAN			PSIKOLOGI SUKAN			TINGKAH LAKU MOTOR			TINGKAH LAKU MOTOR	
KHAMIS		SUAIAN FIZIKAL (TEORI) –PAKAIAN SUKAN SEPANJANG HARI			SUAIAN FIZIKAL (TEORI)			SUAIAN FIZIKAL (PRAKTIKAL)			SUAIAN FIZIKAL (PRAKTIKAL)	
JUMAAT		BIOMEKANIK			BIOMEKANIK			PERUBATAN SUKAN			PERUBATAN SUKAN	
SABTU		8.30 - 10.00 UJIAN										

10.6 JADUAL KURSUS SAINS SUKAN TAHAP III

TIME / DATE	8.00 - 8.30	8.30 - 9.30	9.30 - 10.30	10.30 - 11.00	11.00 - 12.00	12.00 - 1.00	1.00 - 2.30	2.30 - 3.30	3.30 - 4.30	4.30 - 5.00	5.00 - 6.00	6.00 - 7.00
MONDAY	REGISTRATION	SPORT PHILOSOPHY		R E H A T	SPORTS IN MALAYSIA		R E H A T	COACHING COMPETENCY		R E H A T	COACHING COMPETENCY	
TUESDAY		ANATOMY & SPORTS PHYSIOLOGY			ANATOMY & SPORTS PHYSIOLOGY			MOTOR BEHAVIOUR			MOTOR BEHAVIOUR	
WEDNESDAY		BIOMECHANICS			BIOMECHANICS			SPORTS NUTRITION			SPORTS NUTRITION	
THURSDAY		PHYSICAL CONDITIONING (THEORY)- SPORTS ATTIRE FOR THE WHOLE DAY			PHYSICAL CONDITIONING (THEORY)			PHYSICAL CONDITIONING (PRACTICAL)			PHYSICAL CONDITIONING (PRACTICAL)	
FRIDAY		SPORTS PSYCHOLOGY			SPORTS PSYCHOLOGY			SPORTS MEDICINE			SPORTS MEDICINE	
SATURDAY		8.30 - 9.45 (TEST)			10.00 - 1.00 (ORAL TEST)							

11.0 PENILAIAN KSS TAHAP I & II

1. Peperiksaan

- i. Peperiksaan ini mengandungi **60 soalan** berbentuk objektif.
- ii. Masa yang diperuntukan adalah selama **1 ½ jam**.
- iii. Peperiksaan akan diadakan pada **hari terakhir** kursus iaitu untuk **Tahap I adalah pada hari ke-5** manakala **Tahap II pada hari ke-6**.
- iv. Semasa peperiksaan, peserta dikehendaki membawa;
 1. kad pengenalan
 2. Tugas
 3. Borang penilaian
 4. Alat tulis (pensil, pemadam dan pen sahaja) untuk kegunaan sewaktu peperiksaan.
- v. Peraturan semasa peperiksaan adalah seperti berikut;
 1. Peserta perlu bersedia di luar dewan peperiksaan 15 minit sebelum peperiksaan bermula.
 2. Peserta perlu menghantar tugas, dan borang penilaian sebelum memasuki dewan.
 3. Peserta tidak dibenarkan membawa telefon bimbit ke dalam dewan peperiksaan.
 4. Peserta yang didapati meniru atau membawa jawapan yang disorokkan, akan dikenakan tindakan tatatertib, iaitu akan diminta untuk keluar daripada dewan peperiksaan serta merta.
 5. Peserta yang didapati meniru tugas atau membenarkan tugas ditiru, tugas tersebut tidak akan mendapat sebarang markah.

2. Tugas

- i. Setiap peserta perlu menyiapkan soalan tugas (*assignment*) yang akan diberi oleh penyelaras kursus semasa taklimat pada hari pertama.
- ii. Tugas perlu ditaip (komputer), mengikut format, *1.5 spacing*, font 12 dan huruf *Times New Roman*.
- iii. Penilaian untuk tugas ini adalah berdasarkan aspek-aspek berikut :-

BIL	ASPEK	PEMBAHAGIAN MARKAH
i	Keupayaan Memahami Soalan	5%
ii	Susunan Maklumat	5%
iii	Ketepatan Fakta	5%
iv	Ketepatan Jawapan	5%
v	Kreativiti dan Makluman Baru	10%
	JUMLAH MARKAH	30%

- iv. Peserta yang **tidak menyerahkan tugas** mereka sebelum peperiksaan bermula **tidak akan dibenarkan menduduki peperiksaan** tersebut.
- v. **Penyelaras berhak untuk melarang** mana-mana peserta yang **tidak menghantar** tugas daripada menduduki peperiksaan.

3. Markah lulus bagi komponen penilaian ialah :

PERKARA	KOMPONEN		PERATUS
	TAHAP I	TAHAP II	
Ujian Objektif	60 soalan	60 soalan	60%
Tugasan	1 soalan	1 soalan	30%
Kehadiran	4 1/2 Hari	5 1/2 Hari	10%
	3 komponen	3 komponen	LULUS 60%

12.0 PENILAIAN TAHAP III

1. Ujian Objektif (50%) :
 - i. Di akhir kursus satu ujian objektif akan dijalankan. Ujian ini mengandungi **50 soalan objektif** dan masa ujian ialah **1^{1/4} jam**.
 - ii. Peperiksaan diadakan pada hari terakhir kursus.
2. Ujian lisan (10%) :
 - i. Semua peserta diwajibkan mengambil bahagian dalam satu ujian lisan yang akan diadakan pada akhir kursus dan topik yang akan dibincangkan adalah secara **temubual dan maklumbalas media**.

- ii. Ujian lisan akan dikendalikan oleh panel yang dilantik oleh AKK
- iii. Aspek-aspek yang akan dinilai adalah seperti berikut: -

TAJUK PENYAMPAIAN	30%
Kejelasan Suara	10%
Keyakinan	10%
Gaya	10%
JUMLAH	30%
RESPON TERHADAP SOALAN	70%
Keupayaan Memahami Soalan	20%
Ketepatan Fakta	20%
Gaya Interaksi	10%
Jawapan yang Praktikal	10%
Keupayaan Wacana	10%
JUMLAH	100%

3. Projek Aspek Praktikal Kajian (30%)

1. Para peserta Kursus Sains Sukan Tahap III diwajibkan menyediakan satu projek / kajian padang berdasarkan salah satu dari aspek berikut: -
 - a. Pemakanan
 - b. Latihan Suaian Fizikal
 - c. Perubatan Sukan
 - d. Ujian Padang – Parameter Fisiologi
 - e. Psikologi
 - f. Biomekanik – Persediaan @ Pembetulan Teknik Sukan Kemahiran
2. Cara pemilihan tajuk / aspek akan ditentukan oleh peserta sendiri berdasarkan satu-satu tajuk / aspek Praktikal Kajian Sukan masing-masing, contohnya, Tajuk yang dipilih:-
 - i. **Tajuk** : Peningkatan Latihan Anerobik semasa Musim Pertandingan.
 - ii. **Sukan** : Hoki
 - iii. **Perbincangan** : Masalah yang dihadapi oleh pemain sendiri dalam pasukan, menyatakan posisi pemain (berikan data statistik).
 - iv. **Cara Mengatasi masalah** : Menyatakan jenis latihan, menggunakan kajian yang didapati menerusi tesis terdahulu ataupun jurnal .

- v. **Cadangan** : Mengaplikasikan kajian kepada pasukan pemain.
 - vi. **Data** : Data kualitatif atau kuantitatif (bergantung kepada kajian).
3. Format projek;
- i. Menggunakan font *Times New Roman*
 - ii. Bertaip Doule –Spacing, Font 12
 - iii. Tidak kurang daripada tiga ribu patah perkataan (3,000 patah perkataan)
 - iv. Menghantar 1 kertas projek berkulit keras berwarna merah gelap (*maroon*) dan 2 salinan difotostat dan *comb binding*.
4. Projek ini harus dihantar kepada penyelaras semasa datang untuk sesi VIVA.
5. Peserta yang tidak dapat menghadiri sesi sesi VIVA perlu menghantar kertas kerja beserta surat rasmi menunjukkan sebab tidak hadir VIVA, satu minggu sebelum sesi VIVA untuk melayakkan diri untuk mengikuti sesi yang seterusnya.
6. Peserta yang tidak menghantar kertas kerja ini akan dikira gagal KSS Tahap III.
7. Penilaian kajian ini adalah berdasarkan aspek-aspek berikut :-

BIL	ASPEK	PERATUS
i	Isi kandungan	10%
ii	Format dan Stail Penulisan	10%
iii.	Aspek praktikal Kajian	20%
iv	Kajian Berkaitan	30%
iv	Rumusan dan Cadangan	20%
v	Rujukan	10%
JUMLAH		100%

4. VIVA (10%)

- a. Semua peserta akan dikehendaki menghadiri sesi VIVA yang akan di atur oleh pihak Penganjur sekurang-kurangnya 3 bulan selepas tarikh akhir kursus sains sukan tahap III.
- b. Peserta akan dimaklumkan oleh penganjur sekiranya berlaku pertukaran tarikh, tempat dan masa.

ii. Penilaian Sesi VIVA

a. Berikut adalah panduan pemarkahan sesi VIVA

BIL	BAHAGIAN	MARKAH
1	Pengetahuan (Sukan Spesifik) 1.2 Umum (Pengenalan Sebagai Jurulatih) 1.3 Khusus (Berkenaan Sukan)	1
2	Pengetahuan Sains Sukan 2.1 Anatomi & Fisiologi 2.2 Biomekanik 2.3 Psikologi 2.4 Perubatan Sukan 2.5 Latihan Fizikal	5
3	Sistem Latihan	3
4	Pengurusan Sukan	1
JUMLAH KESELURUHAN		10

5. KEPUTUSAN KSS TAHAP III

- i. Keputusan hanya akan diumumkan kepada peserta yang telah lengkap menjalani semua bentuk penilaian.
- ii. Markah **LULUS** keseluruhan KSS Tahap III adalah 50%.
- iii. Sijil boleh diambil dari pihak Penganjur 3 bulan selepas keputusan dipaparkan di lama web.
- iv. Pembahagian komponen penilaian KSS Tahap III yang harus dihadiri dan dihantar adalah seperti berikut: -

KOMPONEN	MARKAH
Ujian Objektif	50
Ujian Lisan	10
Projek	30
VIVA	10
Jumlah	100

13.0 KEPUTUSAN

1. Keputusan kursus Sains Sukan tahap I dan II boleh dilayari di laman sesawang isn.gov.my (klik kejurulatihan) / layari coachingacademy.isn.gov.my sekurang-kurangnya 30 hari waktu berkerja dari tarikh tamat kursus.
2. Keputusan kursus sains sukan tahap III akan dipaparkan di laman sesawang selepas dalam tempoh 2 minggu selepas sesi VIVA berlangsung.
3. Segala kertas kerja dan kertas jawapan kursus akan dihapuskan di dalam tempoh 1 tahun dari tarikh keputusan dikeluarkan oleh pihak AKK.
4. Pihak kami akan membuat **semakan kali kedua** jika terdapat rayuan dari peserta yang **gagal sahaja**. Tempoh semakan adalah **30 hari** selepas keputusan di keluarkan oleh AKK melalui laman sesawang. Sebarang permohonan rayuan selepas itu tidak akan dilayan sama sekali oleh pihak AKK.
5. Peserta yang membuat rayuan harus menulis surat kepada Pengarah AKK dengan disertakan maklumat seperti berikut;
 - a) Alamat
 - b) No. Telefon
 - c) Kod kursus
 - d) Tarikh kursus
 - e) Tempat kursus

14.0 SIJIL

1. Sijil Kursus Sains Sukan **HANYA DIKELUARKAN KEPADA PESERTA YANG LULUS** sahaja.
2. Sijil akan dicetak mengikut nama pada borang aku janji yang diedarkan bersama-sama kertas peperiksaan.
3. Sijil akan dikeluarkan selewat-lewatnya **60 hari waktu berkerja** selepas keputusan diumumkan di dalam laman sesawang isn.gov.my (klik kejurulatihan (AKK)) / coachingacademy.isn.gov.my.
4. Akademi Kejurulatihan Kebangsaan akan menghantar sijil-sijil tersebut kepada pihak penganjur kursus (contoh; penganjuran oleh MSN Negeri Selangor) dan peserta boleh menuntut sijil tersebut di pejabat pihak penganjur.
5. Bagi kursus yang dianjurkan oleh pihak AKK di ISN, peserta boleh mengambil sijil di pejabat AKK.

6. Peserta yang kehilangan atau kerosakan sijil harus menulis surat kepada Pengarah AKK dengan disertakan maklumat yang mudah dihubungi iaitu:-
 - i. **Nombor H/P**
 - ii. **Salinan dokumen berkaitan seperti sijil yang telah rosak, laporan polis, dan sebagainya.**
 - iii. **Keputusan peperiksaan dan menyatakan tarikh, tempat dan kod kursus bagi memudahkan pihak AKK membuat semakan. Jika terdapat sebarang kesulitan mengenai maklumat kursus, pihak kami akan menghubungi peserta untuk mendapatkan pengesahan.**
8. Peserta yang ingin **menukar sijil baru, mengganti sijil yang hilang atau rosak** akan dikenakan bayaran sebanyak **RM50.00**.
9. Bagi **kehilangan kali kedua**, peserta akan dikenakan bayaran sebanyak **RM100.00**.
10. Namun pihak AKK mempunyai hak untuk menentukan gantian Sijil dan keputusan pihak AKK adalah muktamad.

15.0 TANGGUNGAN PESERTA

1. Segala perbelanjaan, penginapan, pengangkutan, makan minum dan alat tulis semasa kursus adalah tanggungan peserta sendiri **KECUALI** dimaklumkan.
2. Sebarang kehilangan harta benda atau kemalangan yang berlaku pada sebelum, semasa dan selepas kursus adalah dibawah tanggungjawab peserta sendiri dan pihak AKK atau panganjur **TIDAK AKAN BERTANGGUNGJAWAB** di atas kemalangan yang berlaku.
3. Peserta dinasihatkan dan digalakkan mempunyai insuran peribadi sebagai jaminan jika berlakunya kemalangan sepanjang waktu kursus.

16.0 PAKAIAN PESERTA

1. Semua peserta kursus haruslah berpakaian kemas dan tidak menjolok mata.
2. Berpakaian seperti berseluar pendek, baju tidak berleengan dan berkasut tumit tinggi (bagi wanita) adalah **TIDAK DIGALAKKAN**.
3. Bagi sesi suaian fizikal, semua peserta harus berpakaian sukan dan berkasut sukan.
4. Berpakaian sukan amatlah digalakkan disepanjang tempoh kursus.

17.0 ALAMAT SURAT MENYURAT

Pengarah Bahagian
Akademi Kejurulatihan Kebangsaan (AKK),
Aras 3, Gimnasium 3,
Institut Sukan Negara,
Kompleks Sukan Negara, Bukit Jalil,
57000KUALA LUMPUR.

No. Tel : 03-8991 4504

Laman web : isn.gov.my (klik kejurulatihan) / coachingacademy.isn.gov.my