

MARKAH PAJSAK
PERINGKAT KEBANGSAAN
(UNTUK MURID)



#KPMSTAYFIT
VIRTUAL ACTIVITIES FOR ALL

Dengan Kerjasama:
Bahagian Sukan, Kokurikulum dan Kesenian (BSKK)
KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

5KM FUN RUN

TARIKH PENDAFTARAN :
21 MEI - 30 JUN 2021

TEMPOH LARIAN :
22 MEI - 1 JULAI 2021

Boleh dilakukan di mana-mana lokasi yang
bersesuaian, mengikut SOP daripada KKM & MKN.



BAJU PENYERTAAN

PINGAT LARIAN

Yuran
Pendaftaran:
RM 55



Pingat + Baju + Sijil
*termasuk kos penghantaran

Pendaftaran dibuka pada **21 Mei 2021** di www.puncakonline.com

Hubungi talian hotline: 03 5103 3888 | 011-1156 5575 (En.Haziq) | 013-333 8252 (Pn.Iryanti)
(Isnin - Jumaat | 10 pagi - 5 ptg)

Malaysia Virtual Marathon



- 1 PENDAFTARAN MENTOR (GURU)
- 2 PENDAFTARAN KUMPULAN & PELAJAR
- 3 LARI & REKOD
- 4 KEMASKINI MASA LARIAN
- 5 TERIMA E-SIJIL
- 6 TERIMA PINGAT & BAJU

Sebarang pertanyaan boleh hubungi hotline: 011-11565575 (En.Haziq) | 013-3338252 (Pn.Yanti)

Malaysia Virtual Marathon

SYARAT DAN PERATURAN PROGRAM

1. Tiada pembatalan penyertaan, pemindahan atau pemulangan wang penyertaan dibenarkan untuk **Insect Fun Run** ini setelah pendaftaran berjaya dilengkapkan.
2. Setiap pelajar mestilah melengkapkan larian 5km
3. E-sijil boleh dimuat turun oleh mentor untuk pelajar mengikut tempoh masa yang diberikan.
4. Setiap kumpulan pelajar mestilah melengkapkan jarak dalam tempoh yang ditetapkan.
5. Mentor akan mendapat 1 baju larian bagi setiap LIMA (5) kumpulan didaftarkan. (Contoh: Pendaftaran 20 kumpulan, mentor akan mendapat 4 helai baju larian saiz sama)
6. Pengiktirafan penyertaan akan ditentukan oleh **KPM** selepas selesai program.
7. Setiap pendaftaran lengkap akan dilindungi insurans minima RM5,000 oleh penganjur.
8. Pendaftaran kumpulan untuk peringkat sekolah **TIDAK BOLEH** campuran antara sekolah rendah & menengah.



Proses	Mula	Tamat
Pendaftaran :	21 Mei 2021	30 Jun 2021
Tempoh Larian :	22 Mei 2021	1 Julai 2021
Hantar Keputusan Larian:	2 Julai 2021	6 Julai 2021
Penerimaan E-Sijil (Maya) :	7 Julai 2021	15 Ogos 2021
Penghantaran Baju & Pingat :	15 Julai 2021	15 Ogos 2021



BAJU PENYERTAAN



PINGAT LARIAN



SIJIL LARIAN

SOALAN LAZIM: INSECT FUN RUN 2021

a) PENDAFTARAN

1. PELAJAR SAYA BERMINAT UNTUK MENYERTAI. BAGAIMANA UNTUK MENDAFTAR?

Anda boleh mendaftar Insect Fun Run 2021 melalui platform laman web <https://puncakonline.com>. Setelah berjaya mendaftar, log masuk menggunakan ID dan kata laluan yang sama. Pelajar boleh memulakan larian dan perlulah melengkapkan cabaran ini dalam tempoh yang diberikan (21 Mei – 30 Jun 2021).

2. ADAKAH TERDAPAT SEBARANG HAD UMUR?

Had umur bagi acara ini adalah 7 tahun dan keatas. Insect Fun Run ini memberi peluang kepada semua pelajar untuk menambah markah kokurikulum terutamanya kepada pelajar tahun akhir sekolah rendah dan menengah.

b) CABARAN LARIAN

1. ADAKAH PELAJAR PERLU MELENGKAPKAN KESELURUHAN JARAK JALAN SEKALI GUS?

Tidak. Sebagai matlamat utama adalah untuk menggalakkan para pelajar untuk kekal aktif dalam apa-apa keadaan, pelajar boleh melengkapkan larian sebanyak TIGA (3) kali.

2. PELAJAR TIDAK BOLEH BERLARI, BOLEHKAH PELAJAR BERJALAN?

Boleh dan diterima. Pelajar boleh berjalan dan berlari dalam melengkapkan cabaran ini.

c) YURAN DAN PEMBAYARAN

1. ADAKAH PROGRAM INI BERBAYAR?

Ya, Insect Fun Run ini merupakan program berbayar. Kos yuran ini merangkumi pendaftaran, baju, pingat, e-sijil, insurans serta penghantaran ke setiap sekolah.

2. BAGAIMANA UNTUK MEMBUAT BAYARAN UNTUK MENYERTAI PROGRAM INI?

Pembayaran boleh dibuat terus melalui pembayaran atas talian (FPX) di laman web rasmi <https://puncakonline.com>.

d) TEMPAT MELAKUKAN CABARAN

1. ADAKAH WAJIB UNTUK MELAKUKAN CABARAN INI DI LUAR?

Tidak wajib melakukan larian di luar. Jika pelajar selesa untuk menggunakan mesin kecergasan seperti treadmill, pelajar dibenarkan untuk berbuat demikian.

e) REKOD SETIAP LARIAN

1. BAGAIMANA UNTUK MEREKOD SETIAP LARIAN?

Rekod larian boleh menggunakan mana-mana Jam GPS & aplikasi yang bersesuaian seperti Nike +, Runtastic, Garmin, Strava dan sebagainya. Pelajar juga dibenarkan berjalan atau berlari dengan menggunakan mesin kecergasan yang seperti 'Treadmill'. Snap imej dari mesin kecergasan yang menunjukkan jarak larian.

2. ADAKAH WAJIB UNTUK MENGEMUKAKAN KEPUTUSAN SAYA?

Ya. Keputusan larian perlu dikemukakan kepada guru pemantau bagi tujuan permarkahan

f) E-SIJIL, BAJU DAN PINGAT

1. BILAKAH PELAJAR AKAN MENERIMA E-SIJIL? WHEN WILL PARTICIPANT RECEIVE THEIR E-CERTIFICATE

Pelajar akan menerima E-sijil bermula 7 Julai sehingga 15 Ogos 2021.

2. BILAKAH PELAJAR AKAN MENERIMA PINGAT DAN BAJU?

Pelajar akan menerima pingat dan baju bermula 7 Julai sehingga 15 Ogos 2021, akan dihantar secara berperingkat.

FAQ : INSECT FUN RUN 2021

a) REGISTRATION

1. I AM A TEACHER AND MY STUDENTS ARE KEEN TO JOIN THE RUN. HOW SHOULD I REGISTER?

Your students are able to participate in the Insect Fun Run 2021 by registering through the <https://puncakonline.com> website. You may register on behalf of them. Once signed in, login through the portal using the same username and id. Students may begin their run and complete the course within the stipulated time (21 May-30 Jun 2021)

2. IS THERE AN AGE LIMIT?

Age limit to participate is 7 years old and above. We encourage students to participate to gain **Pentaksiran Aktiviti Jasmani, Sukan Dan Kokurikulum (PAJSK)** points especially for final year students of primary and secondary level.

b) CABARAN LARIAN RUNNING CHALLENGES

1. IS IT NECESSARY TO COMPLETE THE DISTANCE IN ONE RUN?

No. The ultimate goal for this program is to motivate students to lead a healthy and active lifestyle. Students are able to complete the distance in maximum THREE runs.

2. ARE PARTICIPANTS BE ALLOWED TO WALK?

Yes, participants are allowed to run, walk or both to complete the challenge.

c) FEES AND PAYMENT

1. IS THERE ANY PAYMENT FOR THIS RUN?

Yes, Insect Fun Run will impose an affordable entry fee for students that includes registration fee, running tee, medal, e-certificate, insurance and postage fee for the items to be sent to the respective school.

2. HOW DO I MAKE PAYMENT FOR THE ENTRY FEE?

Payment can be made directly through the website once registration is done. Once payment is successful, your registration is completed.

d) VENUE FOR RUNNING

1. IS IT COMPULSORY FOR PARTICIPANTS TO RUN OUTDOOR?

Participants may run anywhere they are comfortable at as it is not compulsory to complete the run outdoors. Exercise machines such as treadmill is also allowed.

e) RUNNING RECORD

1. HOW DO I RECORD MY RUN?

You will need to record your running as a proof. Any tracking device and apps are acceptable such as Nike+, Runtastic, Garmin, Strava and etc. Participants are also allowed to use exercise machines like treadmill and capture the running record from the treadmill screen.

2. IS IT COMPULSORY TO SUBMIT THE RUNNING RECORD?

Yes, it is compulsory to have the running record as a proof. Participants will then be required to submit the record to their respective teachers for marking purpose.

f) E-CERTIFICATE, RUNNING TEE AND MEDAL

1. WHEN WILL PARTICIPANT RECEIVE THEIR E-CERTIFICATE

All participants will receive their e-cert on 7th July – 15th Aug 2021.

2. WHEN WILL PARTICIPANT RECEIVE THEIR RUNNING TEE AND MEDAL?

Participants will receive the running tee and medal from 7th July – 15th Aug 2021. P