



PERATURAN SUKOL “AERODANCE”

1.0 NAMA KEJOHANAN

SUKOL “AeroDance”

2.0 TEMPAT

Dewan Kompleks UiTM Shah Alam

3.0 PENDAFTARAN

- 3.1 Setiap pasukan **wajib** mendaftar **tidak melebihi 7 orang** pemain untuk kategori lelaki atau wanita dan 1 orang pengurus atau jurulatih di dalam Borang Pendaftaran Pasukan.
- 3.2 Setiap kolej **wajib menghantar minimum 1 pasukan sahaja.**
- 3.3 Setiap pasukan yang menyertai pertandingan hendaklah berdaftar dibawah kolej kediaman masing – masing.
- 3.4 Seorang pemain hanya boleh didaftarkan untuk satu pasukan bagi mewakili kolej kediaman di mana beliau mendaftar sebagai pelajar sepenuh masa.
- 3.5 Borang pendaftaran pasukan dan pemain mestilah dihantar bersama- sama dengan salinan kad matrik.

4.0 KELAYAKAN PEMAIN

- 4.1 Hanya pelajar yang berdaftar sepenuh masa di UiTM dibenarkan menyertai kejohanan ini.
- 4.2 Setiap pemain hanya boleh mendaftar dan bermain untuk satu pasukan sahaja di dalam kejohanan ini.
- 4.3 Tiada sebarang pertukaran / penambahan atau pemain bagi setiap pasukan selepas tarikh tutup menghantar boring.

5.0 KAWASAN PERSEMBAHAN

5.1 Podium

Podium yang disediakan akan diubah suai untuk pertandingan dengan pita warna hijau 5cm yang berukuran 10m x 10m dan persembahan hendaklah dibuat di dalam ukuran tersebut.

5.2 Pembatasan

Peserta, jurulatih dan pengurus pasukan tidak dibenarkan memasuki kawasan pengadil kecuali dengan kebenaran daripada Jawatankuasa Pengelola. Peserta dan jurulatih dikehendaki menunggu giliran sebagaimana yang ditetapkan dan menunggu isyarat daripada Pengurus Pentas untuk memulakan persembahan. Ketua hakim berhak membatalkan penyertaan peserta sekiranya didapati tidak mematuhi peraturan ini.

6.0 KOD PAKAIAN

6.1 Profil

- 6.1.1 Semua peserta dikehendaki berpakaian kemas dan penampilan bersih diwajibkan sepanjang tempoh kejohanan.
- 6.1.2 Rambut yang panjang mesti diikat sebagai sanggul dan kemas.
- 6.1.3 Rambut tidak boleh menutup dahi dan hendaklah digel.
- 6.1.4 Tali kasut hendaklah diikat sempurna.
- 6.1.5 Tali pinggang, suspenders dan kelengkapan senaman seperti weight, canes, sarung tangan, aksesori lain untuk menutup kepala tidak dibenarkan semasa persembahan
- 6.1.6 Barang kemas dan jam tangan tidak dibenarkan dan mestilah ditanggalkan sebelum persembahan.
- 6.1.7 Peserta dikehendaki memakai pakaian yang bersesuaian dengan kebudayaan Negara dan bertanggungjawab menyediakan pakaian sukan sendiri.
- 6.1.8 Leotard yang menunjukkan perut/pusat (navel), tank top yang menunjukkan dada dan belakang, G-string dan pakaian yang menjolok mata tidak dibenarkan. Walau bagaimanapun, tights panjang dengan kemeja boleh digunakan.
- 6.1.9 Pakaian sokongan yang sempurna untuk wanita dan lelaki adalah diwajibkan.
- 6.1.10 Kasut aerobik yang bersih diwajibkan untuk semua kategori.

7.0 MUZIK

7.1 Rakaman

Satu atau lebih lagu boleh digabungkan. Muzik asal (original song/ music). Dua buah pita rakaman/cakera padat yang telah dirakamkan semula pada muka "A" pita rakaman atau lagu pertama (song no.1) pada cakera padat. Sambungan dari satu pita ke satu pita tidak dibenarkan. Pita / cakera padat ini hendaklah diserahkan kepada Jawatankuasa Teknikal **pada hari pertandingan dan dilabelkan nama kolej.**

7.2 Kelengkapan

Perakam kaset / cakera padat hanya akan disediakan oleh Jawatankuasa Pengelola semasa pertandingan sahaja. Perakam persendirian tidak dibenarkan semasa pertandingan. Walau bagaimanapun, setiap pasukan digalakkan membawa radio kaset/cd sendiri untuk tujuan latihan.

7.3 Kualiti

Pihak penganjur tidak akan bertanggungjawab terhadap mutu dan kualiti bunyi pada setiap pita/ cakera padat. Oleh itu, setiap peserta / pasukan hendaklah memastikan mutu rakaman pita / cakera padat tersebut berada dalam keadaan baik dan bermutu tinggi.

7.4 Jangkamasa / Tempoh Persembahan

Jangkamasa / tempoh persembahan ditetapkan selama **3 minit** untuk **Kategori “AERODANCE”** dengan toleransi selama 5 saat lebih atau kurang. Masa hanya akan dikira apabila muzik dimainkan dan bukannya pada permulaan pergerakan melainkan kedua-duanya bermula serentak.

8.0 **KELEWATAN**

Sekiranya berlaku kelewatan disebabkan oleh bencana alam atau perkara-perkara luar jangkaan seperti kerosakan kenderaan pengangkutan dan sebagainya, peserta/ pasukan yang terlibat hendaklah menghubungi Urus Setia Kejohanan dengan seberapa segera.

- 8.1 Keputusan mengenai giliran persembahan akan diputuskan oleh Jawatankuasa Teknikal.
- 8.2 Undi giliran setiap pasukan tidak boleh ditukar.
- 8.3 Pengurus dan peserta dikehendaki melapor diri kepada Jawatankuasa Teknikal 30 minit sebelum persembahan bermula.
- 8.4 Semua persembahan akan dijalankan mengikut giliran dan masa yang telah ditetapkan.
- 8.5 Peserta hendaklah berada di kawasan Kejohanan yang ditetapkan 20 minit sebelum persembahan bermula.

9.0 **SKEMA PEMARKAHAN**

9.1 Peserta akan diadili mengikut skema pemarkahan seperti :

- 9.1.1 Teamwork - 20 markah
- 9.1.2 Coordination - 20 markah
- 9.1.3 Koreografi - 20 markah
- 9.1.4 Fun & Enjoyable - 20 markah
- 9.1.5 Penampilan - 20 markah

10.0 **BANTAHAN / TATATERTIB**

Rujuk Perkara 14.0, 16.0 dan 17.0 di dalam Peraturan Jawatankuasa.Pengelola Kejohanan Sukan Antara Kolej Universiti Teknologi Mara.

11.0 MAKLUMAT AM

- 11.1 Pihak Jawatankuasa Pengelola tidak akan bertanggungjawab dan tidak boleh didakwa atas sebarang kecederaan atau kemalangan sebelum, semasa dan selepas kejohanan.
- 11.2 Sekiranya berlaku kecederaan, pengsan atau pitam di kalangan peserta semasa persembahan diadakan, persembahan tersebut hendaklah diteruskan dengan mengekalkan peserta yang sedia ada di dalam gelanggang. Peserta simpanan tidak dibenarkan masuk untuk menggantikan peserta yang cedera. Persembahan boleh dimulakan semula atau diteruskan dari masa diberhentikan mengikut budi bicara Ketua Hakim.
- 11.3 Sekiranya berlaku masalah mengenai muzik sebelum dan semasa persembahan, peserta/ pasukan tersebut dikehendaki meneruskan persembahan dengan muzik sedia ada. Justeru itu, sekiranya seseorang peserta/ pasukan tidak dapat memulakan persembahan setelah mengambil tempat di kawasan persembahan atau berlakunya gangguan semasa persembahan, maka keputusan untuk menentukan sama ada peserta/ pasukan tersebut boleh memulakan persembahannya lagi ataupun mengambil giliran setelah selesainya persembahan peserta/ pasukan lain adalah mengikut budi bicara Ketua hakim.
- 11.4 Jawatankuasa Pengelola adalah bertanggungjawab dan berkuasa untuk menambah dan memutuskan sebarang perkara yang tidak dinyatakan di dalam peraturan ini.
- 11.5 Jawatankuasa Pengelola TIDAK menyediakan penginapan, makan minum dan pengangkutan. Perkara ini adalah tanggungjawab setiap peserta, pasukan sendiri.
- 11.6 Jawatankuasa Teknikal berhak memutuskan segala masalah teknikal seperti elektrik, pentas atau gangguan di tempat persembahan dan masalah lain yang tak dapat dielakkan dapat diuruskan dengan sempurna oleh Jawatankuasa Pengelola.
- 11.7 Keputusan Jawatankuasa Pengelola adalah muktamad di dalam segala keraguan mengenai peraturan Kejohanan yang telah ditetapkan.

13.0 UNDANG-UNDANG PERMAINAN

Undang-undang dan Peraturan Permainan adalah tertakluk kepada Undang-undang Persatuan Senamrobik Malaysia yang terkini.

KRITERIA PENGADILAN SENAMROBIK

A. HAKIM ARTISTIK

Mengadili kualiti artistik berpandukan kriteria berikut :

i.

KOREOGRAFI

- Volume

Menunjukkan pelaksanaan pergerakan yang seimbang dari pelbagai aspek kekuatan fizikal, fleksibiliti dan berbagai jenis pergerakan bahagian tertentu (area) sahaja yang mempengaruhi keseimbangan dan penampilan.

Penolakan markah 0.2

- Variasi

Kepelbagaian gaya (style)

- a. Patern aerobic
- b. Kerjasama pasukan dalam membentuk minimum 5 formasi termasuk posisi.
- c. Pelbagai rhythm / gaya aerobik (funky, hip hop, salsa dsb)

Penolakan markah : setiap kiraan (count) 2 x 8 0.2

- Tarikan gaya persembahan (appeal)
Variasi pergerakan dan langkah-langkah (tidak ada ulangan), syncopated dan gerakan yang assymetrical.

Penolakan markah 0.2

- Arah gerakan (plane)
Sagittal, frontal, vertical dan coronal

Penolakan markah setiap kiraan (count) 2 x 8 0.2

- Level
Keseimbangan pergerakan antara gerakan atas (udara), di lantai (keadaan berdiri) dan di atas lantai

Penolakan markah setiap kiraan (count) 2 x 8 0.2

- Kawasan (Area)
Menggunakan keseluruhan kawasan persembahan.

Penolakan markah 0.2
- Pembukaan dan Penutup
Posisi pembukaan dan penutup yang menarik dan dinamik.

Penolakan markah 0.2

PERSEMBAHAN (PRESENTATION)

ii.

- Peserta berjaya menarik perhatian penonton dengan persembahan yang bertenaga, bersemangat dan berkebolehan dalam kemahiran teknikal.
- Kebolehan berterusan menarik perhatian penonton contoh *eye contact*, *mimic muka*, berkeyakinan dan bertenaga.

Penolakan markah 0.2

MUZIK

iii.

- Kepelbagaian irama muzik iaitu bukan satu rentak sahaja.
- Muzik yang serasi sesuai dengan pergerakan patern aerobik dan penggunaan 'sound effect'.
- 'Timing' muzik yang tepat – para peserta tidak mengikut rentak (beat).
- Muzik yang tidak berkualiti.

Penolakan markah 0.2

KERJASAMA PASUKAN (PARTNERSHIP)

iv.

- Perubahan formasi.
- Perubahan posisi dalam formasi.
Perubahan formasi dan posisi minimum 5 kali tidak termasuk pembukaan dan penutup.
- Hubungan
Kesatuan dan kerjasama (teamwork).
Hubungan antara 2 atau 3 orang atau lebih.
Penggunaan kesempatan bergerak lebih daripada satu orang.

Penolakan markah setiap kali 0.2

BONUS ARTISTIK

v.

- Bonus artistik diberikan kepada atlet atau koreografi yang menunjukkan keunikan keseluruhan dan kombinasi yang asli dari penampilan muzik koreografi, peralihan (transition) dan kerjasam (partnership) baik sebahagian mahupun keseluruhan termasuk pembukaan dan penutup.

Pemberian markah bonus maksima 1.0

B. HAKIM EXECUTION

Mengadili kriteria berikut :

i.

KOORDINASI

- Keaktifan seluruh otot dan sendi.
- Otot dan sendi bahagian badan lebih banyak bekerja pada suatu saat pergerakan dan sebagainya – kepala, bahagian bawah kaki dan bahagian atas tangan.
- Bergerak (traveling)- dari satu tempat ke tempat yang lain.
- Perubahan arah menghadap arah lain di dalam ruangan.
- Kekerapan dari pelbagai pergerakan.
- Asymmetry – pergerakan kaki dan tangan berbeza antara satu sama lain.
- Variasi irama pergerakan tangan, kaki atau bahagian badan.
- Arah (plane) : sagital, frontal, transversal dsb.
- Pergerakan otot yang berlawanan (adduction / abduction, flexion / extension, pronation / supination).

Penolakan markah setiap kali 2 x 8

0.2

ii.

KESERAGAMAN

- Melakukan pergerakan-pergerakan serentak.
- Ruangan yang tepat antara satu sama lain (spacing) kesanggupan menyusun posisi yang tepat pada formasi-formasi.
- Amplitude kesanggupan melakukan pergerakan sama (seperti satu gerakan) dalam melakukan gerakan yang lain.

Penolakan markah setiap kali kesilapan

0.2

INTENSITI

iii.

- Menunjukkan – kepantasann, penahanan, luasnya pergerakan, amplitude dan pelbagai pergerakan otot yang bekerja.
- Daya tahan (endurance) : kesanggupan untuk melakukan daya tahan (intensif tinggi) pada keseluruhan koreografi (tidak ada saat istirehat).

Penolakan markah setiap kali kiraan (count) 2 x 8 0.2

KEMAHIRAN TEKNIKAL

iv.

- Alignment – kesanggupan melakukan pergerakan dengan posture yang benar pada keseluruhan koreografi (elemen, steps, peralihan dsb).
- Ketepatan pergerakan (precision) – sanggup mengawal seluruh arah gerak.
- Kawalan (control) – mengawal seluruh otot, pada keseluruhan pergerakan dan tidak ada gangguan keseimbangan pada pendaratan lompatan-lompatan.
- Keseimbangan di dalam melakukan elemen pendaratan dan langkah-langkah.

Penolakan markah setiap kali kesilapan 0.2