



Tajuk : Cadangan terhadap **Lencana Backpacker** Pengakap Muda

Lencana Keahlian



Lencana Usaha



Lencana Maju



Lencana Jaya



Lencana Penjejak



Lencana Pengembara



Lencana Penjelajah



LENCANA BACKPACKER.

- NAMA** : LENCANA BACKPACKER.
- OBJEKTIF (Why)** : Di akhir skema lencana ini, Pengakap Muda Darat yang dianugerahkan Lencana Backpacker ini akan dapat menguasai kesemua ilmu berpengakap dalam perjalanan satu aktiviti.
- SINOPSIS (what)** : Ahli Pengakap Muda akan diperkenalkan dengan ilmu penjelajahan yang merupakan rangkuman pengamalan bersepadu ilmu kepengakapan Pengakap Muda yang akan memberikan pengalaman jitu Berpengakap kepada seorang Pengakap Muda.
- KANDUNGAN (How)** : *The sight, sound and smell of scouting.*

Pengetahuan asas backpacking.

- Mengetahui secara lengkap keperluan asas aktiviti backpack.
- Kelengkapan asas
 - Kelengkapan peribadi
 - Kelengkapan kumpulan
 - Kelengkapan asas
- Sesuatu yang digunakan untuk membawa kelengkapan
 - Backpack
 - Anatomi backpack
 - Saiz backpack
 - Internal frame dan external frame
 - Melaras bag
 - Menyusun dalam backpack
 - Saranan berat tanggungan muatan
 - Mengelakkan terlalu muatan
 - Backpack aksesori
 - Rain cover
 - Daypack
- Sesuatu yang digunakan untuk berteduh di bawahnya
 - Pemilihan alat perteduhan
 - Berkenaan khemah
 - Panduan
 - Berkenaan tarp
 - Panduan
 - Tarp tempat tidur dan tempat istirahat / masak
 - Apa yang perlu dipastikan
- Sesuatu yang digunakan untuk tidur didalamnya
 - Bag tidur
 - Ketahanan suhu
 - Reka bentuk

- Penjagaan
 - Selimut
- Sesuatu yang digunakan untuk tidur di atasnya
 - Alas tempat tidur
 - Bantal
- Sesuatu yang digunakan untuk memandu arah ke tujuan
 - Peta topografik
 - Kompas
- Sesuatu yang digunakan untuk memasak di atasnya
 - Berkenaan dapur
 - Jenis dapur
 - Dapur backpack
 - Keselamatan
 - Do and Don't
- Sesuatu yang digunakan untuk memasak didalamnya
 - Periuk
 - Cerek
 - Kualiti
- Sesuatu yang digunakan untuk membawa air
 - Baldi
 - Botol air
- Sesuatu yang digunakan untuk meletakkan hidangan diatasnya
 - Pinggan
 - Mangkuk sup
 - Jug air
 - Cawan
 - Sudu, garpu dan pemotong
- Sesuatu yang dapat membekalkan khasiat dan tenaga
 - Apa yang perlu dimakan
 - Adakah ianya baik untuk backpacking
 - Pembungkusan
- Sesuatu yang dapat menerangi kegelapan
 - Lampu suluh
 - Lampu Kepala
 - Lampu limpah / lilin
- Sesuatu yang dapat mengekalkan kebersihan fizikal tubuh badan dan kebersihan peralatan dan perkakasan
- Sesuatu yang dapat dipakai untuk melindungi fizikal tubuh badan dan dari ancaman cuaca
 - Kaedah berpakaian
 - Mengekal suhu badan
 - Asas berpakaian
 - Prinsip lapisan
 - Kasut
 - Jenis-jenis

- Penjagaan Kasut
- Pakaian kepala
- Pakaian hujan
- Sesuatu yang akan memberi keselesaan untuk menjalankan aktiviti
 - Multitool
 - Kain lap
 - Perkakasan memasak
- Kit baik pulih



Leave No Trace.

Prinsip Leave No Trace telah disesuaikan kepada pelbagai aktiviti, eko sistem dan persekitaran. Semenjak 1994, **Leave No Trace Center For Outdoor Ethics**, sebuah pertubuhan bukan kerajaan yang juga dikenali sebagai **Leave No Trace** wujud untuk mendidik orang ramai terhadap kesan-kesan dari aktiviti rekreasi mereka kepada alam semula jadi serta mengariskan panduan prinsip Leave No Trace untuk mencegah dan mengurangkan akibat dari kesan-kesan tersebut seminima mungkin.

Prinsip Leave No Trace.

- Ringkasan Etika Leave No Trace:
 - Perancangan dan Persediaan;;
 - Peraturan perkhemahan;
 - Saiz kumpulan;
 - Elak kesesakan;
 - Sistem ekologi dan musim;
 - Bawa peralatan yang tepat;
 - Rancang pemakanan; dan
 - Bertanggungjawab;
 - Berjalan dan berkhemah di tempat yang tahan lasak;;
 - Berjalan di atas jalan yang tahan lasak;; dan
 - Berjalan pada denai yang ada; dan
 - Berjalan pada denai baru.
 - Berkhemah di atas tempat yang tahan lasak:
 - Tapak perkhemahan;
 - Mendirikan khemah; dan
 - Buai dan tarp.
 - Menghapuskan bahan buangan dengan betul;;

- Bahan buangan manusia;
- Bahan buangan lain;
- Ubat-ubatan;
- Sampah;
- Lebihan masakan; dan
- Lebihan selepas perjalanan tamat.
- Meminimalkan kesan api;
 - Masa untuk menggunakan dan tidak;
 - Tempat menghidupkan api;
 - Kaedah menghidupkan api; dan
 - Pengurusan api.
- Meninggalkan alam semulajadi seperti apa yang anda jumpa;
 - Jangan ganggu keseimbangan alam semula jadi;
 - Jangan sebarkan tumbuhan dan hidupan asing; dan
 - Hormati kebudayaan, agama dan tapak sejarah.
- Hormati hidupan liar; dan
 - Perhatikan dari jarak jauh;
 - Elak waktu yang sensitif;
 - Jangan pegang dan ambil haiwan liar;
 - Jauhkan makanan dan bahan buangan dari haiwan liar;
 - Benarkan haiwan bebas ke punca air dan garam; dan
 - Hapuskan bahan buangan dengan betul.
- Bertimbangrasa dengan tetamu lain:
 - Berjalan dengan senyap;
 - Hadkan saiz kumpulan;
 - Mengalah kepada haiwan liar;
 - Elak penggunaan warna yang terang;
 - Nasihatkan tetamu jika perlu;
 - Jangan terlalu menonjol;
 - Kumpul sampah;
 - Pilih tapak khemah yang terlindung; dan
 - Jangan menyibuk dengan kumpulan lain.

Ultralight Backpacking.

Konsep Ultralight backpacking dipopularkan oleh Ray Jardine, penulis buku Pasifik Crest Trail Hiker pada tahun 1992 dan Beyond Backpacking pada tahun 1999.

Walaupun tiada tanda aras piawaian teknikal wujud untuk konsep ini tetapi lazimnya untuk pengembaraan di alam sekitar, definisi ringan ditakrifkan kepada berat bebanan berada di bawah 15 KG dan ultralight di bawah 10 KG berbanding berat tradisi amalan backpacking yang sering menghasilkan berat asas di atas 14 KG dan kadang-kadang sehingga 27 kg

Konsep ultralight backpacking.

- Kurangkan berat setiap item.
 - Mengubah item untuk mengurangi berat badan yang berlebihan
 - menggantikan barang yang dibuat menggunakan bahan berat dengan barang-barang yang diperbuat daripada bahan yang lebih ringan,
 - dan bertukar item yang diketengahkan sepenuhnya untuk item minimalis (dan oleh itu lebih ringan).
- Timbang segala-galanya.
 - Timbang setiap item dan merekodkan beratnya.
- Bawa kurang atau secukupnya.
 - Keluarkan barang-barang yang tidak perlu
- Berkongsi gear dengan orang lain.
 - Berkongsi khemah dengan orang lain.
 - Berkongsi peralatan lain contohnya perkakasan memasak.
- Pertukaran gear untuk kemahiran melalui membaca dan amalan.
 - Membina kemahiran yang lebih tinggi dalam menggunakan persekitaran dan peralatan, alat yang lebih sedikit perlu dibawa.
- Meringankan kaki anda.
 - Kasut mendaki sering lebih murah dan lebih ringan daripada kasut hiking.
 - Memberikan kesan yang minimum pada alam sekitar.
- Memikirkan semula, mengurangkan, dan membungkus semula.
 - Bawa hanya apa yang anda perlukan untuk perjalanan dan sebagainya.
 - Ini selalunya bermaksud pengemas semula barangan ataupun proses penyisihan
- Peralatan pelbagai guna.
 - Cuba cari barang-barang yang berfungsi dengan baik untuk tugas yang berbeza, contohnya bandana, khemah poncho, dan sebagainya.
- Gantikan gear.
 - Membeli / meminjam gear berat yang lebih ringan.
 - Mulakan dengan tempat perlindungan.

Peta Topografik dan Kompas.

- Peta topografik:
 - Skala peta
 - Warna dan simbol
 - Hitam: bentuk buatan manusia
 - Biru: kawasan berair

- Cokelat: garis kontour
- Hijau: kawasan tumbuh-tumbuhan
- Unggu: tambahan pada peta selepas penyelidikan dilakukan
- Merah: jalanraya utama dan sempadan
- Putih: kawasan lapang
- Perihal peta
 - Nama peta
 - Edisi tahun cetakan atau semakan
 - Kawasan liputan peta
 - Skala peta
 - Skala jarak
 - Selang Kontour
 - Kepincangan magnetic
 - Garis Bujur dan Garis Lintang
 - Universal Transverse Mercator (UTM)
- Garis Kontor
 - Curam
 - Landai
 - Lembah
 - Rabung
 - Puncak
 - Lekukan / Jurang
- Mengira jarak
 - Skala peta
 - Garis Bujur dan Garis Lintang
 - Kompas orienteering sebagai pengukur
- Sistem Universal Transverse Mercator (UTM)
 - Arah Utara dan Selatan
 - UTM di peta
 - Mencari kedudukan dengan UTM
- Designation
 - Tempat bernama
 - Tempat tidak bernama
- Penjagaan peta
 - Kalis air
 - Melipat peta
- Kompas
 - Perincian kompas
 - Utara dan Kepincangan
 - Jarum kompas
 - Bergerak dengan kompas
 - Pergi dan balik
 - Halangan
 - kompas kecemasan
 - Membina kompas

- Menggunakan jam
- Menggunakan bayang
- Menggunakan bintang
- Penjagaan kompas
- Membaca peta topografik:
 - Pelarasan
 - Melaras peta
 - Melaraskompas
 - Bearing
 - Bearing lapangan
 - Bearing peta
 - Carian:
 - Mencari di lapangan
 - Mencari di peta
 - Kesilapan-kesilapan
- Pandu arah
 - Titik mula
 - Menempat diri di titik mula
 - Menetapkan sasaran
 - Mendakap
 - Mengenal pasti tempat titik mula
 - Menentukan kedudukan:
 - Bearing Titik mula
 - Kedudukan di peta
 - Keadaan pandu arah
 - Sesat dalam kabus
 - Menuju ke arah puncak
 - Kembali ke tapak perkhemahan
 - Tindakan mengelak halangan
 - Mengesan kedudukan semasa ketika sesat
 - Alat bantuan pandu arah
 - Altimeter

Masakan dan khasiat.

- Keperluan khasiat
 - Khasiat dan sumber
- Perancangan menu
 - Tempoh perjalanan
 - Mudah disediakan
 - Berat bahan
 - Pembungkusan
- Garis panduan memasak
 - Kebersihan
 - Elak masakan hangus
 - Ramuan masakan
 - Bahan lebihan masakan

- Resepi masakan perkhemahan / rimba
 - Sarapan
 - Makan tengah hari
 - Makan malam
- Mengetahui dan mengamalkan gaya pemasakan masakan rimba:
 - memasak di atas batu
 - memasak di dalam lubang
 - Memasak menggunakan tanah liat atau lumpur
 - memasak secara pemanasan semula jadi / memanggang
 - memasak bekas semula jadi contoh menggunakan buluh.
- Mengetahui dan mengamalkan gaya pemasakan masakan tanpa pekakasan:
 - memasak di dalam polythene bag / polybag; dan
 - memasak di dalam kerajang aluminium.
- Kit Pemakanan Kecemasan

Berjalan.

- Persediaan mental
 - Berfikiran positif
- Persediaan sebelum pergi
 - Pemeriksaan
 - Lembutkan kasut
- Perbatuan
 - Saiz kumpulan
 - Penjimatan tenaga
 - Menetapkan jarak dan kelajuan
 - Kesan Kelonglaian
 - Melangkah dengan jarak dan kelajuan anda
 - Berehat
 - Langkah berirama
 - Langkah rehat
 - Kaedah berjalan
 - Mendaki dan menuruni bukit
 - Menempuh hutan
 - Jalan berbatu
 - Melalui cerunan
- Penjagaan kaki
 - Aktiviti renggangan
 - Melepuh
- Halangan air
 - Pertimbangan
 - Keadaan berbahaya
 - Pemilihan tempat lintasan
 - Melintas
 - Mengguna tali

- Mengguna tongkat
- Triangular
- Mengetahui dan mengamalkan kaedah untuk berada pada keadaan kekal kering walau apa pun keadaan cuaca dan alam semula jadi:
 - Pada fizikal tubuh badan; dan
 - Pada peralatan dan perkakasan.
- Berjalan di kawasan terpencil.
 - Mengetahui dan mengamalkan kaedah untuk berada pada keadaan kekal selamat untuk aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim:
 - Persediaan mental dan fizikal;
 - Mengetahui keadaan kemungkinan bahaya untuk aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim; dan
 - Mengetahui peralatan yang diperlukan untuk membantu memudahkan aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim.

Cuaca dan Alam semula jadi.

- Iklim dan musim
- Julat suhu dan corak cuaca
- Keadaan
 - Angin
 - Awan
 - Tekanan udara
 - Keadaan cuaca
 - Kepanasan
 - Kesejukan
 - Keadaan cuaca melampau
 - Hujan ribut Petir dan guruh
 - Fizik petir
 - Menganggar jarak ribut
 - Bahaya petir
 - Amaran petir
 - Disambar petir
 - Tempias petir
 - Aliran bumi
 - Berlindung dari petir
 - Apa yang perlu dilakukan
- Ramalan cuaca
 - Bentuk awan
 - Arah dan kelajuan angin
 - Suhu
 - Kelembapan
 - Tekanan barometer

- Kekal kering

Tapak berteduh.

- Prinsip tempat berteduh
- Ancaman fizikal persekitaran dan tindak balas terhadapnya
- Pemilihan tapak
 - Sumber-sumber
 - Keadaan tanah
 - Kemungkinan ancaman bahaya
- Membina tempat berteduh
 - Tempat berteduh buatan
 - Tempat berteduh semulajadi

Kebersihan .

- Menjaga kebersihan sewaktu berjalan
 - Kebersihan tangan
 - Kebersihan badan
- Membasuh pakaian
- Membasuh peralatan makan dan minum
- Isu kebersihan wanita
 - Menghapuskan alat kebersihan

Kepimpinan.

- Kempimpinan di luar
 - Rasmi dan Tidak rasmi
- Corak kepimpinan
 - Mengarah
 - Melatih
 - Menyokong
 - Memberi kuasa
- Strategi membuat keputusan
 - Pembuat keputusan
 - Merancang keputusan
 - Keputusan kumpulan
 - Keputusan SMART
- Teknik membuat keputusan
 - Keputusan atas kuasa
 - Undian terbanyak
 - Persetujuan semua
- Tindak balas pengalaman
 - Masa untuk tindak balas
 - Cara bertindak balas

Tali temali.

- Mengetahui dan memahami dengan betul:
 - Struktur binaan tali;

- Bahan asal pembuatan tali;
- Faktor pemilihan tali;
- Kerja tali;; dan
 - Istilah-istilah kerja tali; dan
 - Peralatan-peralatan dalam melakukan kerja tali.
- Penjagaan tali temali.
- Mengetahui dan memahami peranan setiap jenis ikatan dan simpulan:
 - Simpul Pemati;
 - Ikatan Sambat;
 - Ikatan Pengikat;
 - Simpul; dan
 - ikatan gelung.
- Kerja tali.
 - Memiliki seutas tali untuk kegunaan peribadi dengan panjang tali tidak kurang dari 25 meter.
- Mengetahui dan membuat:
 - Simpul Pemati;
 - Heaving line knot
 - Ikatan Sambat;
 - Figure of eight bend
 - Ikatan Pengikat;
 - Surgeon's knot
 - Simpul; dan
 - Cow hitch
 - Gelung.
 - poacher's noose
- Mengetahui untuk membuat tali temali dari bahan alam semula jadi untuk tindakan ketika kecemasan darurat:
 - Tali rotan;
 - Tali Abaka: Tali dari tumbuhan pisang-pisangan atau tangkai tumbuh-tumbuhan
 - Tali sisal: Tanaman perdu sisal yang memiliki daun menjulang; dan
 - Tali ijuk: serabut hitam dan keras pelindung pangkal pelepah daun enau.

Pengurusan Risiko.

- Siapa yang bertanggungjawab
- Bagaimana kemalangan berlaku
 - Faktor bahaya:
 - Alam sekitar
 - Peralatan
 - Manusia
- Mengimbangi faktor bahaya dan faktor keselamatan
 - Garispanduan am

- Keselamatan peralatan
- Keselamatan manusia
- Protokol keselamatan
 - Mengurus kemungkinan kemalangan
- Mengelak kejadian kemalangan
 - Memahami bahaya
 - Mengambil tanggungjawab
 - kesedaran suasana sekeliling
 - Menyelidik risiko laluan
 - menghapus bahaya
- Menganalisa kemalangan
- Bantuan
 - Kumpul maklumat kejadian
 - Meminta bantuan
 - Mengetahui tempat bantuan
 - Mengurus kumpulan
 - Bantuan segera
- Prosedur pemindahan
 - Keadaan pemindahan
- Sesat
 - Kumpulan tersesat
 - Anda tersesat
 - Mengenal pasti kedudukan
 - Memberi isyarat
 - Mencari individu yang sesat
- Kelangsungan hidup hutan
 - 5 unsur kelangsungan hidup
 - Sikap
 - Tempat berteduh
 - Air
 - Api
 - Makanan
 - Tempat teduh
 - Air
- Pertolongan Cemas
 - Kecederaan dan Penyakit alam sekitar
 - Keseimbangan cecair badan
 - Hyponatremia
 - Kawalan suhu badan
 - Kesejukan
 - Hypothermia
 - Kepanasan
 - Kekejangan
 - Pitam
 - Kelesuan
 - Pening

- Lemas
- Disambar petir
- Keracunan
- Sengatan haiwan
- Sesak nafas
- Penyakit ketinggian
- Kit Kelangsungan Hidup
 - Perkakasan:
 - Api dan Pencahayaan
 - Isyarat
 - Pandu arah
 - Air dan makanan
 - Tempat berteduh dan Perlindungan peribadi
 - Ubat-ubatan
 - Pisau
 - Peralatan pelbagaiguna
 - Rencam dan kecil
 - Peranan
 - Menghidupkan api
 - Memberi isyarat meminta bantuan
 - Mengumpul air dan makanan
 - Pandu arah
 - Perlindungan
 - Bantual awal kecemasan

Pertolongan Cemas.

- Kecederaan dan Penyakit alam sekitar
 - Keseimbangan cecair badan
 - Hyponatremia
 - Kawalan suhu badan
 - Kesejukan
 - Hypothermia
 - Kepanasan
 - Kekejangan
 - Pitam
 - Kelesuan
 - Pening
 - Lemas
 - Disambar petir
 - Keracunan
 - Sengatan haiwan
 - Sesak nafas
 - Penyakit ketinggian

Lencana Penjejak



Memperakui **kecenderungan minat** melakukan aktiviti backpacker.

Lencana Pengembara



Memperakui **penguasaan kemahiran** melakukan aktiviti backpacker dengan memperkenalkan:

- Asas berdikari;
- Asas tanggungjawab; dan
- Asas perkhidmatan.

Lencana Penjelajah



Memperakui **keterampilan dan kemahiran** melakukan aktiviti backpacker dalam menjalankan:

- Tanggungjawab;
- Perkhidmatan; dan
- Kepimpinan.

Aktiviti Backpack.

1. Penjelajahan backpack.

- Mengetahui keperluan asas untuk aktiviti backpack; dan
 - Kelengkapan asas;
 - Kelengkapan peribadi; dan
 - Kelengkapan kumpulan.
- Mengetahui dan memahami peranan setiap kelengkapan dan perkakasan untuk melakukan aktiviti backpack:

1. Etika Leave No Trace.

- Mengetahui dengan tepat, memahami pengertian dan mengamalkan sepenuhnya prinsip am etika:
 - Perancangan dan Persediaan;
 - Berjalan dan berkhemah di tempat yang tahan lasak;
 - Menghapuskan bahan buangan dengan betul;
 - Meminimalkan kesan api;

1. Ultralight backpacking.

- Mengetahui dan mengamalkan konsep ultralight backpacking untuk menyokong Etika Leave No Trace:
 - Mengurangkan berat setiap item;
 - Timbang semua bahan yang dibawa;
 - Bawa kurang / secukupnya;
 - Berkongsi peralatan dengan

- i. Sesuatu yang digunakan untuk membawa kelengkapan;
- ii. Sesuatu yang digunakan untuk memandu arah ke tujuan;
- iii. Sesuatu yang digunakan untuk berteduh di bawahnya;
- iv. Sesuatu yang digunakan untuk tidur didalamnya;
- v. Sesuatu yang digunakan untuk tidur di atasnya;
- vi. Sesuatu yang digunakan untuk memasak di atasnya;
- vii. Sesuatu yang digunakan untuk memasak didalamnya;
- viii. Sesuatu yang digunakan untuk membawa air;
- ix. Sesuatu yang digunakan untuk meletakkan hidangan di atasnya;
- x. Sesuatu yang dapat membekalkan khasiat dan tenaga;
- xi. Sesuatu yang dapat menerangi kegelapan;
- xii. Sesuatu yang dapat dipakai untuk melindungi fizikal tubuh badan dan dari ancaman cuaca; dan
- xiii. Sesuatu yang dapat mengekalkan kebersihan fizikal tubuh badan dan kebersihan peralatan dan

- Meninggalkan alam semulajadi seperti apa yang anda jumpa;
- Hormati hidupan liar; dan
- Bertimbangrasa dengan tetamu lain.

- orang lain;
- Pertukaran peralatan untuk mempertingkatkan kemahiran;
- Ringankan kaki anda;
- Memikirkan semula, mengurangkan, dan membungkus semula;
- Menggunakan peralatan pelbagai guna; dan
- Gantikan peralatan kepada yang lebih ringan dan ringkas.

- xiv. perkakasan.
Sesuatu yang akan memberi
keselesaan untuk menjalankan
aktiviti

2. Kit baik pulih

- a. Mengetahui dan menyediakan Kit
baik pulih peribadi mengandungi
sekurang-kurangnya;
 - i. Peralatan am;
 - ii. Peralatan perkhemahan;
 - iii. Peralatan pencahayaan; dan
 - iv. Kit jahitan.

Masakan dan khasiat

1. Pemakanan.

- a. Mengetahui dan memahami
keperluan khasiat kepada badan
untuk melakukan aktiviti
backpacking dan mengetahui
sumber-sumber kepada khasiat
tersebut:
 - i. Jadual khasiat utama dan
sumber-sumber.
- b. Mengetahui dan melakukan
perancangan menu untuk keperluan
aktiviti dengan mengambil kira
faktor:
 - i. Jangka masa tempoh
perjalanan;
 - ii. Mudah disediakan;
 - iii. Beban berat setiap bahan; dan

1. Pemakanan.

- a. Mengetahui dan mengamalkan
gaya pemasakan masakan rimba:
 - i. memasak di atas batu;
 - ii. memasak di dalam lubang;
 - iii. Memasak menggunakan
tanah liat atau lumpur;
 - iv. memasak secara pemanasan
semula jadi / memanggang;
dan
 - v. memasak bekas semula jadi
contoh menggunakan buluh.

1. Pemakanan.

- a. Mengetahui dan mengamalkan
gaya pemasakan masakan tanpa
pekakasan:
 - i. memasak di dalam polythene
bag / polybag; dan
 - ii. memasak di dalam kerajang
aluminium.

- iv. Kaedah pembungkusan bahan
 - c. Mengetahui dan mengamalkan garis panduan memasak
 - i. Mengekalkan kebersihan;
 - ii. Mengelak masakan hangus;
 - iii. Ramuan masakan; dan
 - iv. Tindakan terhadap lebihan masakan.
2. Kit Pemakanan Kecemasan.
- a. Mengetahui kepentingan dan menyediakan satu kit Pemakanan kecemasan untuk tindakan waktu kecemasan:
 - i. Makanan yang dikeringkan; dan
 - ii. Minuman serbuk.

Ikatan dan simpulan.

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1. Tali temali. <ul style="list-style-type: none"> a. Mengetahui dan memahami dengan betul: <ul style="list-style-type: none"> i. Struktur binaan tali; ii. Bahan asal pembuatan tali; iii. Faktor pemilihan tali; iv. Kerja tali;; dan <ul style="list-style-type: none"> • Istilah-istilah kerja tali; dan • Peralatan-peralatan dalam melakukan kerja tali. v. Penjagaan tali temali. b. Mengetahui dan memahami peranan setiap jenis ikatan dan | <ul style="list-style-type: none"> 1. Tali temali. <ul style="list-style-type: none"> a. Mengetahui dan membuat: <ul style="list-style-type: none"> i. Simpul Pemati; <ul style="list-style-type: none"> • Heaving Line knot ii. Ikatan Sambat; <ul style="list-style-type: none"> • Figure of Eight bend iii. Ikatan Pengikat; <ul style="list-style-type: none"> • Surgeon's knot iv. Simpulan; dan <ul style="list-style-type: none"> • Cow hitch v. Gelung. <ul style="list-style-type: none"> • Poacher's noose | <ul style="list-style-type: none"> 1. Tali temali. <ul style="list-style-type: none"> a. Mengetahui untuk membuat tali temali dari bahan alam semula jadi untuk tindakan ketika kecemasan darurat: <ul style="list-style-type: none"> i. Tali rotan; ii. Tali Abaka; iii. Tali sisal; dan iv. Tali ijuk. |
|---|---|--|

simpulan:

- i. Simpul Pemati;
 - ii. Ikatan Sambat;
 - iii. Ikatan Pengikat;
 - iv. Simpulan; dan
 - v. ikatan gelung.
- c. Kerja tali.
- i. Memiliki seutas tali untuk kegunaan peribadi dengan panjang tali tidak kurang dari 25 meter.

Peta Topografik dan Kompas.

1. Penjelajahan.

- a. Mengetahui dan berkeupayaan untuk menggunakan kompas dengan betul;; dan
 - i. Jenis-jenis kompas;
 - ii. Anatomi sebuah kompas;;
 - Piring asas;
 - Pinggir dan Garis yang lurus;
 - Penunjuk arah perjalanan;
 - Rumah kompas dengan tanda 360 darjah;
 - Tanda arah Utara;
 - Garis indeks;
 - Penunjuk pandu arah; dan
 - Jarum kompas.
 - iii. Arah Utara dan Kepincangan ;

1. Penjelajahan.

- a. Mengetahui dan berkeupayaan untuk menggunakan kompas dan peta topografik untuk aktiviti mencari arah dengan betul:
 - i. Melakukan pelarasan arah Utara sebenar;;
 - Melaras peta; dan
 - Melaras kompas.
 - ii. Mengambil bacaan bearing;; dan
 - Mengambil bacaan bearing lapangan; dan
 - Mengambil bacaan bearing peta.
 - iii. Mencari;; dan
 - Berada dalam peta:

1. Penjelajahan.

- a. Mengetahui dan berkeupayaan untuk menggunakan kompas dan peta topografik untuk aktiviti Pandu arah dengan betul:
 - i. Mengetahui konsep Garis asas mula;;
 - Menempat diri di Garis asas mula;
 - Menetapkan sasaran;
 - Mendakap; dan
 - Membuat bearing Garis asas mula.
 - ii. Menentukan kedudukan di peta secara Triangulation;
 - iii. Keadaan pandu arah;; dan
 - Sesat dalam kabus;

- iv. Bergerak dengan menggunakan hanya kompas pada satu aktiviti;;
 - Pergi dan balik; dan
 - Halangan dan cara mengatasinya.
 - v. Mengetahui cara untuk mengadakan satu kompas gantian kecemasan; dan
 - Membina satu kompas ringkas;
 - Menggunakan jam;
 - Menggunakan bayang;
 - Menggunakan bintang / bulan; dan
 - Menggunakan matahari.
 - vi. Penjagaan kompas.
- b. Mengetahui dan berkeupayaan untuk menggunakan peta topografik dengan betul:
- i. Skala sebuah peta;
 - ii. Warna dan simbol;;
 - Hitam: bentuk buatan manusia;
 - Biru: kawasan berair;
 - Cokelat: garis kontour;
 - Hijau: kawasan tumbuh-tumbuhan;
 - Unggu: tambahan pada peta selepas penyelidikan
- mencari kedudukan di lapangan; dan
 - Berada di lapangan: mencari kedudukan di peta.
- iv. Langkah-langkah meminimakan kesilapan-kesilapan membaca peta topografik.
 - Menuju ke arah puncak;
 - Kembali ke tapak perkhemahan;
 - Tindakan mengelak halangan; dan
 - Mengesan kedudukan semasa ketika sesat .
- iv. Alat bantuan pandu arah:
 - Altimeter; dan
 - Global Positioning System (GPS).

- dilakukan;
 - Merah: jalanraya utama dan sempadan ; dan
 - Putih: kawasan lapang.
- iii. Anatomi sebuah peta;:
- Nama peta;
 - Edisi tahun cetakan atau semakan;
 - Kawasan liputan peta;
 - Skala peta;
 - Skala jarak;
 - Selang Kontour;
 - Kepincangan magnetic ;
 - Garis Bujur dan Garis Lintang; dan
 - Universal Transverse Mercator (UTM).
- iv. Manafsir Garis Kontur;:
- Curam;
 - Landai;
 - Lembah;
 - Rabung;
 - Puncak; dan
 - Lekukan / Jurang / Ngarai.
- v. Mengira jarak menggunakan;:
- Garis skala peta;
 - Sistem kedudukan Garis Bujur dan Garis Lintang; dan
 - Kompas orienteering sebagai pengukur.

- vi. Sistem Universal Transverse Mercator (UTM);
 - Arah Utara dan Selatan;
 - UTM di peta; dan
 - Mencari kedudukan dengan menggunakan UTM.
- vii. Penamaan tempat; dan
 - Tempat bernama; dan
 - Tempat tidak bernama
- viii. Penjagaan sebuah peta:
 - Kalis air; dan
 - Melipat peta.

Cuaca dan Alam semula jadi

1. Cuaca.

- a. Mengetahui dan memahami kesan-kesan akibat dari keadaan persekitaran semasa terhadap aktiviti; dan
 - i. Kesan langsung oleh iklim dan musim semasa;
 - ii. Kesan langsung oleh perbezaan julat suhu dan corak cuaca;
 - iii. Angin dan kelajuan tiupan Angin;
 - iv. Awan dan pembentukan awan;
 - v. Kesan langsung tekanan udara; dan

1. Cuaca.

- a. Mengetahui dan berkeupayaan untuk melakukan ramalan cuaca dengan betul dengan berdasarkan:
 - i. Bentuk awan;
 - ii. Arah dan kelajuan angin;
 - iii. Suhu;
 - iv. Kelembapan; dan
 - v. Tekanan Barometer.

1. Cuaca.

- a. Mengetahui dan berkeupayaan untuk bertindak dengan betul pada keadaan:
 - i. Keadaan cuaca melampau; dan
 - ii. Hujan ribut Petir dan guruh:
 - Memahami fizik petir;
 - Menganggar jarak ribut;
 - Bahaya petir; dan
 - Amaran petir;
 - Disambar petir;
 - Tempias petir; dan
 - Aliran bumi.
 - Berlindung dari petir:
 - Apa yang perlu

- vi. Keadaan cuaca melampau:
- Kepanasan melampau; dan
 - Kesejukan melampau.

dilakukan.

Berjalan.

- | | | |
|---|--|--|
| <p>1. Berjalan di kawasan terpencil.</p> <p>a. Mengetahui kaedah-kaedah yang betul untuk melakukan aktiviti berjalan di kawasan terpencil:</p> <p>i. Persediaan mental dan fizikal;</p> <p>ii. Melakukan persediaan sebelum pergi;;</p> <ul style="list-style-type: none">• Pemeriksaan kesihatan diri;• Pemeriksaan keadaan peralatan dan perkakasan; dan• Tahu cara-cara untuk melembutkan kasut agar kaki tidak melepuh. <p>iii. Perbatuan;;</p> <ul style="list-style-type: none">• Faham kesan-kesan terhadap saiz berjalan kumpulan:<ul style="list-style-type: none">▪ Berjalan dalam satu kumpulan besar;▪ Berpecah kepada kumpulan-kumpulan kecil; dan▪ Berjalan bersendirian. | <p>1. Berjalan di kawasan terpencil.</p> <p>a. Mengetahui dan mengamalkan kaedah berjalan yang betul;;</p> <p>i. Menempuh hutan belukar ;</p> <p>ii. Melalui laluan berbatu;</p> <p>iii. Menuruni cerunan; dan</p> <p>iv. Mendaki bukit.</p> <p>b. Mengetahui dan mengamalkan kaedah-kaedah yang selamat dalam mengharungi halangan air;; dan</p> <p>i. Melakukan pertimbangan sewajarnya;</p> <p>ii. Mengetahui keadaan berbahaya untuk mengharungi;</p> <p>iii. Membuat pemilihan tempat melintas harung dengan betul; dan</p> <p>iv. Tahu kaedah-kaedah untuk melakukan lintas harung:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mengguna tali;• Mengguna tongkat; dan• Triangular. | <p>1. Berjalan di kawasan terpencil.</p> <p>a. Mengetahui dan mengamalkan kaedah untuk berada pada keadaan kekal selamat untuk aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim:</p> <p>i. Persediaan mental dan fizikal;</p> <p>ii. Mengetahui keadaan kemungkinan bahaya untuk aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim; dan</p> <p>iii. Mengetahui peralatan yang diperlukan untuk membantu memudahkan aktiviti berjalan pada waktu penglihatan kabur atau kelim.</p> |
|---|--|--|

- iv. Mengetahui kaedah-kaedah untuk menjimatkan tenaga ketika berjalan;; dan
 - Menetapkan jarak dan kelajuan;
 - Kesan Kelonglaian kepada kumpulan;
 - Melangkah dengan jarak dan kelajuan anda;
 - Berehat sekita;
 - Langkah secara berirama; dan
 - Langkah rehat.
- v. Mengetahui dan mengamalkan kaedah-kaedah yang betul dalam penjagaan kaki;;
 - Aktiviti renggangan:
 - Squatting;
 - Quadriceps stretch;
 - Hamstring;
 - Calf and Achilles stretch; dan
 - Groin stretch.
 - Mengelak kaki dari melepuh ketika berjalan.
- c. Mengetahui dan mengamalkan kaedah untuk berada pada keadaan kekal kering walau apa pun keadaan cuaca dan alam semula jadi:
 - i. Pada fizikal tubuh badan; dan
 - ii. Pada peralatan dan perkakasan.

Penjelajahan.

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1. Pengembaraan. <ul style="list-style-type: none"> a. Berjalan di kawasan terpencil dalam patrol / kumpulan untuk satu aktiviti | <ul style="list-style-type: none"> 1. Pengembaraan. <ul style="list-style-type: none"> a. Berjalan di kawasan terpencil dalam patrol / kumpulan untuk satu aktiviti | <ul style="list-style-type: none"> 1. Pengembaraan. <ul style="list-style-type: none"> a. Berjalan di kawasan terpencil dalam patrol / kumpulan untuk satu aktiviti |
|--|--|--|

penjelajahan:

- i. Kaedah pengembaraan;
 - Menempatkan Garis asas mula pengembaraan pada satu Pangkalan perkhemahan Pengakap.
- ii. Mengembara: ; dan
 - Berjalan kaki dalam jarak tidak kurang dari ? KM, dalam patrol / kumpulan.
- iii. Membuat Laporan bertulis.

penjelajahan:

- i. Kaedah pengembaraan;
 - Menempatkan Garis asas mula pengembaraan pada satu titik mula - A;
 - Berjalan Pandu arah ke satu tempat tujuan yang ditetapkan;
 - Bina;
 - i. Satu Pangkalan perkhemahan Pengakap; dan
 - ii. Satu tempat berteduh.
 - Pulang semula ke Garis asas mula pengembaraan pada titik mula - A.
- ii. Mengembara:
 - Berjalan kaki dalam jarak tidak kurang dari ? KM dari Garis asas mula , bermalam selama tidak kurang dari 1 malam dalam patrol / kumpulan.
- iii. Membuat Laporan bertulis.

penjelajahan:

- i. Kaedah pengembaraan;
 - Menempatkan Garis asas mula pengembaraan pada satu titik mula - A;
 - Berjalan Pandu arah ke satu tempat tujuan yang ditetapkan dalam jarak tidak kurang dari ? KM dari Garis asas mula pengembaraan pada titik mula - A;
 - Bina:
 - i. Satu Pangkalan perkhemahan Pengakap dan bermalam selama tidak kurang dari 2 malam;; dan
 - **Pangkalan perkhemahan Pengakap menjadi Garis asas mula pengembaraan titik mula - B.**
 - ii. Satu tempat berteduh.
 - Pulang semula ke Garis asas mula A.
- ii. Mengembara;; dan



- Berjalan kaki dari dalam jarak tidak kurang dari ? KM dari Garis asas mula B, dalam patrol / kumpulan.
- iii. Membuat Laporan bertulis

Tempat berteduh

1. Tapak tempat berteduh.
 - a. Mengetahui dengan betul ciri-ciri pemilihan tapak tempat berteduh:
 - i. Prinsip tempat berteduh;
 - ii. Ancaman fizikal persekitaran dan tindak balas terhadapnya;
 - iii. Pemilihan tapak;; dan
 - Sumber-sumber keperluan;
 - Keadaan tanah; dan
 - Kemungkinan ancaman bahaya.
 - iv. Jenis tempat teduh:
 - Tempat teduh buatan; dan
 - Tempat teduh semula jadi.
1. Tapak tempat berteduh.
 - a. Membina satu tempat berteduh semasa melakukan satu aktiviti pengembaraan;; dan
 - i. Memastikan tempat sentiasa kekal kering:
 - Tempat berteduh; dan
 - Tempat istirehat / memasak.
 - b. Memastikan Kebersihan sentiasa berada pada tahap yang baik dan memuaskan dan mengetahui kaedah yang betul:
 - i. Membasuh pakaian;
1. Tapak tempat berteduh.
 - a. Membina satu tempat berteduh semasa melakukan satu aktiviti pengembaraan:
 - i. Tempat berteduh:
 - Northern lean-to atau pisang sesikat /
 - Tarp bivouac /
 - Tarp bivouac dan buaian.

- ii. Membasuh peralatan makan dan minum; dan
- iii. Isu kebersihan wanita:
 - Menghapuskan bahan buangan.

Kepimpinan.

1. Kempimpinan di luar.

- a. Mengetahui teori kepimpinan untuk aktiviti mengurus tadbir kumpulan:
 - i. Kepimpinan;;
 - Rasmi dan Tidak rasmi.
 - ii. Corak keadaan kepimpinan;;
 - Mengarah;
 - Melatih;
 - Menyokong; dan
 - Memberi kuasa.
 - iii. Strategi membuat keputusan;;
 - Pembuat keputusan;
 - Merancang keputusan; dan
 - Keputusan kumpulan;
 - Keputusan S.M.A.R.T.
 - iv. Teknik membuat keputusan; dan
 - Keputusan atas kuasa;
 - Undian terbanyak; dan
 - Persetujuan muafakat semua.
 - v. Tindak balas pengalaman:
 - Masa untuk tindak balas;

1. Perancangan Perjalanan.

- a. Mengetahui teori yang betul untuk merancang aktiviti pengembaraan kumpulan :
 - i. Asas perancangan;;
 - Saiz kumpulan;
 - Jenis kumpulan;
 - Keadaan ahli kumpulan;
 - Matlamat ahli;
 - Pengalaman ahli;
 - Kemahiran setiah ahli;
 - Keadaan fizikal;
 - Keadaan kesihatan; dan
 - keupayaan ahli.
 - ii. Perancangan aktiviti-aktiviti;;
 - Jenis aktiviti;
 - Matlamat perjalanan; dan
 - Kemahiran yang diperlukan.
 - iii. Tempat dan Cuaca;;
 - Menyelidiki tempat tujuan;
 - Persoalan perancangan;;

1. Merancang pengembaraan.

- a. Merancang satu aktiviti pengembaraan kumpulan:
 - i. Aspek pertimbangan;;
 - Keperluan peralatan;
 - Makan minum;
 - Kos aktiviti; dan
 - Pembangunan kemahiran.
 - ii. Menyediakan satu senarai semak dan bertindak mengikut ketetapan;;
 - Pra pengembaraan;
 - Semasa pengembaraan; dan
 - Selepas pengembaraan.
 - iii. Tahap kepayan laluan;
 - iv. Logistik pengembaraan;
 - v. Pemilihan tapak perkhemahan;
 - vi. Jangka masa pengembaraan;; dan
 - Mengira kelajuan KM per jam; dan
 - Kawalan masa.

- dan
- Cara bertindak balas.
 - Jangkamasa perjalanan;
 - Jarak dari peradaban moden;
 - Keadaan denai;
 - Kemungkinan bahaya;
 - Isu keselamatan; dan
 - Pengamalan Leave No Trace.
- iv. Peraturan dan Permit kebenaran; dan
 - Cuaca.
- v. Keadaan luar jangka.
- vi. Isu bekalan semula makan minum dan sebagainya.

Pengurusan Risiko.

- | | | |
|--|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Risiko di hutan. <ol style="list-style-type: none"> a. Mengetahui untuk melakukan tindakan yang betul untuk menghadapi risiko; <ol style="list-style-type: none"> i. Melantik individu penanggungjawab untuk mengatasi risiko. b. Mengetahui dan memahami kejadian faktor-faktor risiko aktiviti hutan; <ol style="list-style-type: none"> i. Faktor-faktor yang memungkinan kemalangan akan berlaku: <ul style="list-style-type: none"> • Alam sekitar; • Peralatan; dan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sesat di hutan. <ol style="list-style-type: none"> a. Mengetahui untuk melakukan tindakan yang betul apabila berlaku kejadian tersesat; dan <ol style="list-style-type: none"> i. Kumpulan tersesat; ii. Anda atau individu tersesat; iii. Mengenal pasti kedudukan ; iv. Memberi isyarat meminta bantuan; dan v. Mencari individu yang sesat. b. Mengetahui untuk melakukan tindakan yang betul untuk Kelangsungan Hidup di hutan: <ol style="list-style-type: none"> i. 5 unsur kelangsungan hidup; <ul style="list-style-type: none"> • Sikap; | <ol style="list-style-type: none"> 1. Prosedur pemindahan. <ol style="list-style-type: none"> a. Mengetahui untuk melakukan tindakan yang betul dalam menjalankan Prosedur pemindahan: <ol style="list-style-type: none"> i. Keadaan kemungkinan pemindahan; ii. Pemilihan cara pemindahan; dan iii. Menjalankan pemindahan. |
|--|---|---|

- Kemanusiaan.
- c. Mengetahui untuk mengimbangi faktor-faktor yang memungkinkan kemalangan dengan melaksanakan faktor-faktor keselamatan;:
- i. Garis panduan am keselamatan;
 - ii. Keselamatan peralatan; dan
 - iii. Keselamatan manusia.
- d. Mengetahui kaedah-kaedah untuk menjalankan dengan betul Protokol keselamatan;:
- i. Mengurus kemungkinan dan mengelakkan kejadian risiko:
 - Memahami akan bahaya;
 - Mengambil tanggungjawab;
 - Kesedaran suasana alam sekeliling;
 - Menyelidik risiko laluan; dan
 - Menghapus bahaya.
- e. Mengetahui dengan tepat dan menunjukkan cara yang betul dalam memberikan tindakan awal kejadian sebelum bantuan tiba untuk tindakan susulan seterusnya oleh pihak bertanggungjawab;:

- Tempat perteduhan;
 - Air;
 - Api; dan
 - Makanan.
- ii. Tempat teduh; dan
- iii. Air.

- i. Menganalisa kemalangan dan menutup ruang kemalangan; dan
- ii. Meminta bantuan:
 - Kumpul maklumat kejadian setepat yang boleh;
 - Meminta bantuan secara terus;
 - Mengetahui tempat sokongan bantuan terhampir;
 - Mengurus kumpulan; dan
 - Memberi bantuan awal segera.

2. Kit Kelangsungan Hidup.

- a. Mengetahui peranan yang mesti dimainkan oleh Kit Kelangsungan Hidup peribadi;; dan
 - i. Menghidupkan api;
 - ii. Memberi isyarat meminta bantuan;
 - iii. Mengumpul air dan makanan;
 - iv. Pandu arah;
 - v. Perlindungan; dan
 - vi. Bantual awal kecemasan.
- b. Menyediakan satu Kit Kelangsungan Hidup peribadi dengan perkakasan-perkakasan:

- i. Menghidupkan api dan pencahayaan;
- ii. Memberi isyarat kecemasan;
- iii. Peralatan pandu arah;
- iv. Air dan makanan
- v. Peralatan tempat berteduh dan Perlindungan peribadi sementara;
- vi. Ubat-ubatan peribadi;
- vii. Pisau lipat;
- viii. Peralatan pelbagai guna; dan
- ix. Peralatan rencam dan kecil.

Pertolongan Cemas.

1. Kecederaan dan Penyakit alam sekitar.

- a. Mengetahui untuk melakukan rawatan dan pertolongan cemas yang betul untuk:
 - i. Kehilangan keseimbangan cecair badan;
 - ii. Hyponatremia; dan
 - iii. Kehilangan kawalan suhu badan:
 - b. Kesejukan;; dan
 - c. Hypothermia.
 - d. Keparasan:
 - e. Kekejangan;
 - f. Pitam;
 - g. Kelesuan; dan
 - h. Pening.

1. Kecederaan dan Penyakit alam sekitar.

- a. Mengetahui untuk melakukan rawatan dan pertolongan cemas yang betul untuk:
 - i. Lemas dan Hampir lemas;
 - ii. Keracunan dan keracunan makanan;
 - iii. Sengatan haiwan berbisa; dan
 - iv. Sesak nafas.

1. Kecederaan dan Penyakit alam sekitar.

- a. Mengetahui untuk melakukan rawatan dan pertolongan cemas yang betul untuk:
 - i. Disambar petir; dan
 - ii. Penyakit Altitude.