

Persatuan Pengakap

3

Persatuan Pengakap dapat membantu menyemaikan sifat kepemimpinan, bekerjasama, tolong menolong dan sedia berkhidmat di kalangan ahli. Di samping itu, Pergerakan Pengakap juga dapat membantu menyemai dan memupuk disiplin, nilai dan sikap positif di kalangan ahli di samping melatih ahli mengisi masa lapang dengan aktiviti yang bertamadun.

Ringkasan Sejarah Hidup Lord Baden Powell

Lord Baden Powell (atau nama sebenarnya Robert Stephenson Smyth Baden Powell) merupakan pengasas Pergerakan Pengakap Sedunia. Beliau dilahirkan pada 22 Februari 1857 di London, England. Bapanya merupakan seorang profesor di Universiti Oxford.

Lord Baden Powell gemar akan kegiatan dan kehidupan di luar. Beliau bersama abang-abangnya gemar berjalan kaki, berkhemah dan belayar. Semasa melanjutkan pelajaran di Charterhouse, London, beliau gemar bermain bola sepak, berlakon, bermain muzik dan melukis.

Selepas tamat pengajian, beliau berkhidmat dalam pasukan tentera. Pada tahun 1887, pasukan beliau dihantar ke Afrika untuk menentang kaum Zulu. Pada tahun 1899, beliau ditugaskan mempertahankan bandar Mafeking. Beliau telah menggunakan kanak-kanak sebagai utusan dan pemberi maklumat semasa pihak musuh mengepung bandar Mafeking. Kecekapan kanak-kanak ini menjalankan tugas mencetus idea bagi beliau untuk menubuhkan Pergerakan Pengakap. Beliau mula merangka rancangan latihan untuk menubuhkan Pergerakan Pengakap. Pada tahun 1907, beliau menulis buku "Aids to Scouting" yang merupakan rancangan latihan untuk belia lelaki.

Pada tahun 1919, beliau mengadakan tapak perkhemahan pengakap pertama di dunia di London. Pada tahun 1920, pengakap dari seluruh dunia menghadiri jambori pengakap pertama di dunia di London.

Lord Baden Powell meninggal dunia di Kenya, pada tahun 1941.

Sejarah Persatuan Pengakap Malaysia

Pasukan Pengakap pertama ditubuhkan di Singapura (sebahagian daripada Tanah Melayu) pada tahun 1910 oleh F. C. Sands, seorang pemimpin pengakap yang terkenal dari England. Pasukan ini mempunyai 30 orang ahli.

Persatuan Pengakap ditubuhkan di Pulau Pinang dan Sarawak pada tahun 1915, Negeri Sembilan pada tahun 1925, Kelantan dan Johor pada tahun 1928, Pahang pada tahun 1912, Perak pada tahun 1920, Kedah dan Perlis pada tahun 1922, Melaka pada tahun 1925 dan Sabah pada tahun 1913.

Pada tahun 1957, Persatuan Budak-budak Pengakap Persekutuan Tanah Melayu menjadi anggota penuh Persatuan Budak-budak Pengakap Sedunia. Jambori Pengakap Malaysia yang pertama diadakan di Pulau Pinang pada tahun 1967.

Logo Pengakap



- (a) Cabang ke atas melambangkan persetiaan pertama iaitu taat kepada Tuhan, Raja dan Negara.
(b) Cabang ke kanan melambangkan persetiaan yang kedua iaitu menolong orang pada setiap masa.
(c) Cabang ke kiri melambangkan persetiaan yang ketiga iaitu menurut Undang-undang Pengakap.
- Ikatan pada bahagian bawah melambangkan perpaduan di kalangan ahli-ahli pengakap.
 - Bintang pecah empat belas melambangkan negeri-negeri di Malaysia termasuk Wilayah Persekutuan.
 - Bulan sabit dan dua bintang di kiri dan kanan melambangkan agama Islam sebagai agama rasmi negara.
 - Warna merah pada logo melambangkan keberanian.
 - Warna kuning melambangkan kedaulatan raja dan negara.
 - Warna hijau ialah warna rasmi pengakap.

Cogan Kata Pengakap

Pengakap muda – SELALU SEDIA
Pengakap remaja – PANDANG LUAS

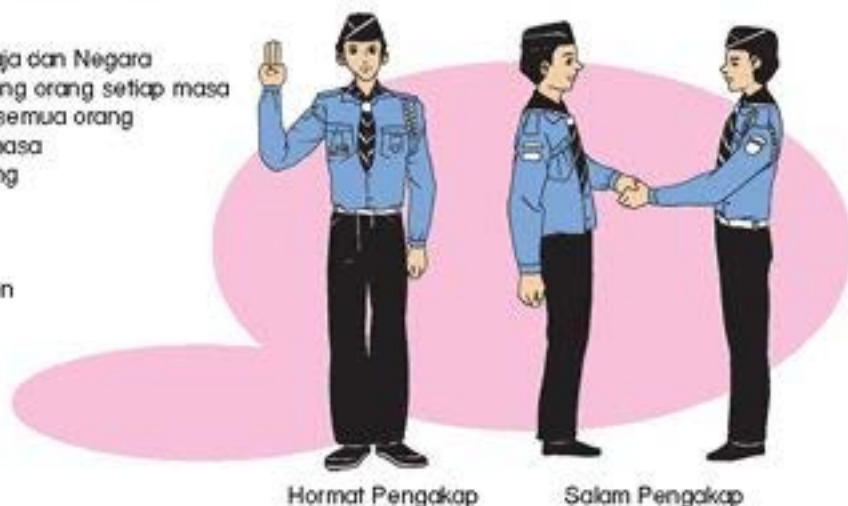
Persetiaan Pengakap

Bahawa dengan sesungguhnya saya berjanji dan bersetia yang saya dengan seberapa daya upaya saya akan:

- *Taat kepada Tuhan, Raja dan Negara*
- *Menolong orang pada setiap masa*
- *Menurut Undang-undang Pengakap*

Undang-undang Pengakap

- Boleh dipercayai
- Taat setia kepada Raja dan Negara
- Berguna dan menolong orang setiap masa
- Bersahabat dengan semua orang
- Baik dan berbudi bahasa
- Kasih kepada binatang
- Menurut perintah
- Sentiasa berjasa
- Berjimat cermat
- Bersih dan suci fikiran



Kawat Pengakap

Latihan berkawat diadakan bertujuan untuk menyemai semangat kerjasama, taat setia, yakin diri, sentiasa bertertib, cergas, setia dan juga untuk meningkatkan disiplin dan ketabahan diri dalam jiwa ahli Semasa latihan kawat dan perbarisan, ahli pengakap perlu berpakaian lengkap, patuh kepada ketua, hormat-menghormati, bekerjasama dan bergerak cergas.

Cara Berbaris

Ketua perlu berada di hadapan dan pengakap berbaris mengikut arahan ketua.

Arahan semasa berbaris

- Ahli pengakap berbaris mengikut arahan ketua apabila ketua berkata, "Masuk Baris".
- Ahli pengakap berada dalam keadaan sedia apabila ketua memberi arahan, "Baris Sedia".

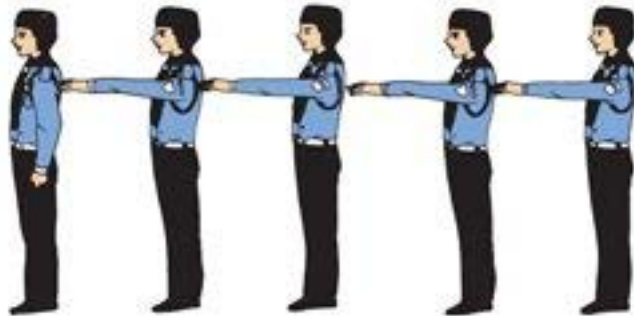


Keadaan sedia

- Ahli pengakap berada dalam keadaan senang diri apabila ketua memberi arahan "Senang diri".

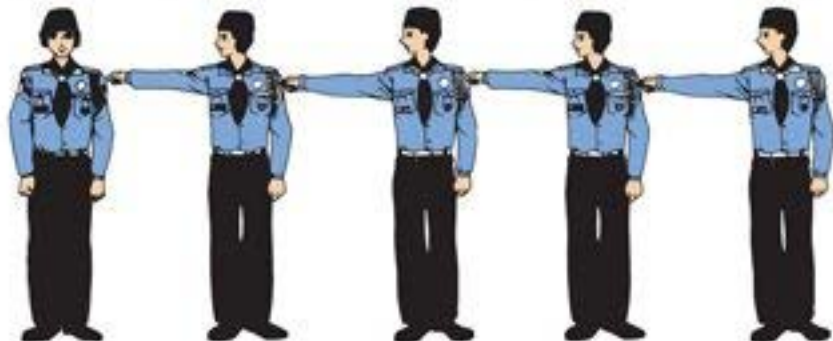


- Ahli pengakap berada dalam keadaan rehat diri apabila ketua memberi arahan, "Rehat diri".
- Ketua memberi arahan untuk berpusing ke kanan dengan berkata, "Ke kanan pusing".
- Ketua memberi arahan untuk berpusing ke kiri dengan berkata, "Ke kiri pusing".



Baris ke hadapan lurus

- Apabila ketua memberi arahan "Ke hadapan lurus", pengakap perlu mengangkat tangan ke hadapan menecap bahu kawan di hadapan di sebelah hadapannya.



Baris ke kanan lurus

- Ketua mengarah ahli pengakap untuk berbaris ke kanan lurus dengan mendepangkan tangan kanannya menyentuh bahu kiri rakannya yang kedua. Ahli pengakap perlu mengikut seperti apa yang dilakukan oleh ketua.

- Apabila ketua berkata, "Ke hadapan pandang" ahli pengakap perlu memandang ke hadapan, menjatuhkan tangan dan berdiri dengan diam.
- Ahli pengakap keluar baris apabila ketua memberi arahan, "Keluar baris".
- Ahli pengakap bersurai apabila ketua memberi arahan, "Bersurai".
- Ahli pengakap melakukan cek di atas kaki kanan, langkah kaki kiri dan menghentakkan kaki kanan di sisi kaki kiri apabila arahan "Berhenti" diberikan.
- Ahli pengakap membelok ke kiri atau ke kanan apabila arahan "Kiri ... Belok" atau "Kanan ... Belok" diberikan.

Kenegaraan

(a) Lagu Kebangsaan dan Lagu Negeri

Setiap ahli pengakap perlu mengetahui dan menghafal lagu Kebangsaan (Negaraku) dan lagu negeri masing-masing serta memahami maksud lagu-lagu tersebut. Mereka juga perlu menyanyi lagu tersebut dengan betul serta menghayati maksud lagu tersebut.

(b) Bendera Negara dan Negeri

Rujuk Persatuan Pandu Puteri muka surat 34 - 36.

(c) Mengenali Ketua Negara, Ketua Negeri dan Pemimpin-pemimpin Lain

Setiap ahli pengakap perlu mengetahui tentang Ketua Negara iaitu Duli Yang Maha Mulia Seri Paduka Baginda Yang di-Pertuan Agong yang dilantik oleh Majlis Raja-raja setiap lima tahun dari kalangan raja-raja Melayu. Yang di-Pertuan Agong menerima nasihat daripada Perdana Menteri dan Parlimen. Baginda mempunyai kuasa membubarkan dan membentuk parlimen, menjadi Ketua Angkatan Tentera dan Ketua Agama Islam Negara, memberi keampunan, meringankan dan menangguhkan hukuman serta mengisytiharkan darurat.

Setiap negeri mempunyai ketua negeri sendiri yang bergelar Sultan (Kedah, Perak, Selangor, Johor, Terengganu, Pahang, Kelantan), Raja (Perlis), Yang di-Pertuan Besar (Negeri Sembilan) dan Yang di-Pertua Negeri (Pulau Pinang, Sabah dan Sarawak).

Ahli pengakap juga perlu mengetahui tentang Perdana Menteri, Menteri-menteri Kabinet, Menteri Besar dan Ketua Menteri.

(d) Jata Kebangsaan dan Lambang Negeri

Ahli pengakap perlu mengetahui tentang Jata Kebangsaan atau jata negeri masing-masing. Mereka juga perlu memahami simbol yang terdapat pada jata-jata tersebut.



Johor



Kedah



Kelantan



Melaka



Negeri Sembilan



Pahang



Perak



Perlis



Pulau Pinang



Sabah



Sarawak



Selangor



Terengganu



Wilayah Persekutuan

(e) Sejarah Malaysia

Setiap ahli pengakap wajib mengetahui tentang sejarah awal Malaya sehingga terbentuknya Negara Malaysia.

- Kesultanan Melayu Melaka
- Sejarah awal Sabah dan Sarawak
- Zaman Penjajahan – Portugis, Belanda, Inggeris, Jepun
- Kemerdekaan
- Pembentukan Malaysia

(f) Parlimen

Parlimen merupakan kuasa tertinggi dalam sistem pemerintahan demokrasi dan melambangkan demokrasi seperti yang diamalkan di negara ini.

Parlimen terdiri daripada Dewan Rakyat dan Dewan Parlimen. Dewan Rakyat meluluskan undang-undang, menentukan belanjawan negara serta mengawasi pelaksanaan pentadbiran kerajaan. Dewan Negara membahaskan rang undang-undang dan membincangkan perkara yang menjadi kepentingan umum.

(g) Rukun Negara

Setiap ahli pengakap perlu mengetahui tentang lima prinsip Rukun Negara iaitu:

- (i) Kepercayaan kepada Tuhan
- (ii) Kesetiaan kepada Raja dan Negara
- (iii) Keluhuran Perlembagaan
- (iv) Kedaulatan Undang-undang
- (v) Kesopanan dan Kesusilaan

Ahli pengakap perlu menghayati dan mengamalkan kelima-lima prinsip Rukun Negara ini dalam kehidupan seharian mereka.

Istiadat Bendera

- Persatuan Pengakap mempunyai bendera yang tersendiri. Istiadat bendera diadakan pada setiap perjumpaan atau aktiviti pengakap. Dua istiadat bendera dalam aktiviti pengakap ialah:
 - (a) menaikkan bendera
 - (b) menurunkan bendera
- Setiap ahli pengakap perlu mengetahui tatacara menaikkan dan menurunkan bendera.



Hormat pengakap selepas menaikkan bendera, sebelum menurunkan bendera dan semasa mengibarkan bendera.

- Cara membawa bendera dalam berpengakap



Bendera berkibar



Bendera tidak berkibar



Bendera di bahu

- Kedudukan bendera dalam keadaan berurutan sebaris ke hadapan.



- Kedudukan bendera dalam keadaan bergetak sederet.

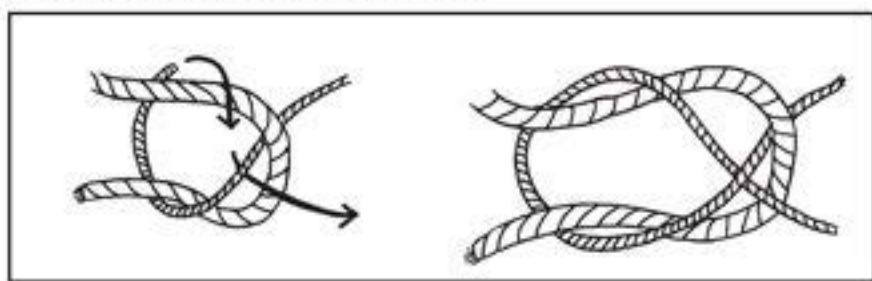


Aktiviti dan Kemahiran Berpengakap

1. Simpulan dan ikatan
2. Latihan Pertolongan Cemas
3. Keselamatan Jalan Raya
4. Latihan Kecergasan Badan
5. Perkhemahan
6. Membaca peta, kompas dan awan
7. *Pioneering*

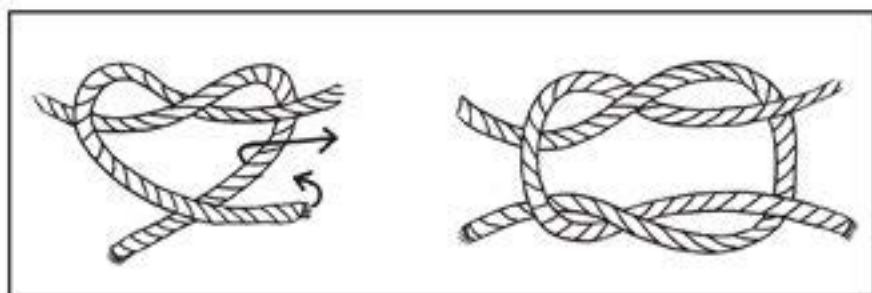
1. Simpulan dan Ikatan

Simpulan digunakan untuk mengikat benda-benda yang kecil dan sederhana dengan menggunakan tali yang kecil dan sederhana.



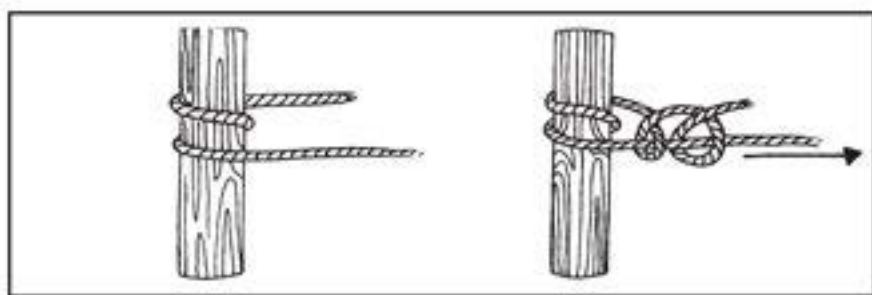
(a) Simpul bunga geti

- Digunakan untuk menyambung dua utas tali yang tidak sama besar saiznya.



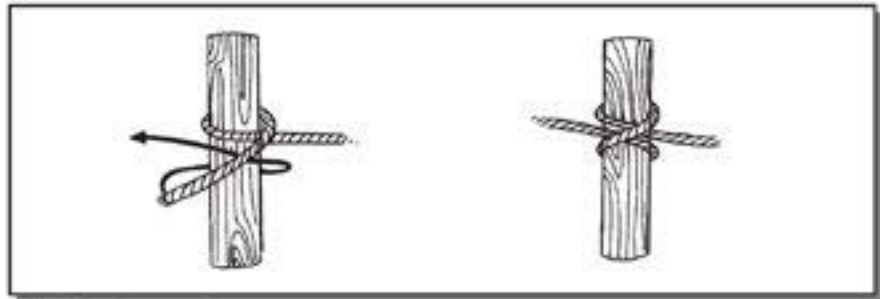
(b) Simpul buku sila

- Digunakan untuk menyambung dua utas tali yang sama besar saiznya.



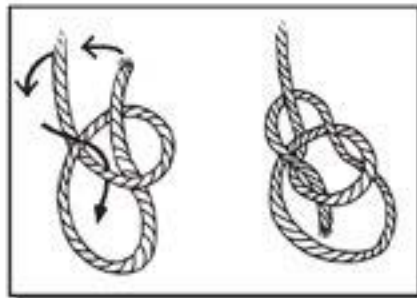
(c) Simpul belit

- Digunakan untuk mengikat tali pada kayu atau tiang.



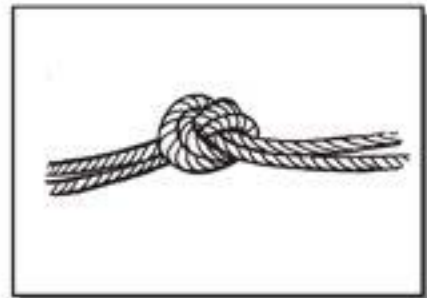
(d) **Simpul manuk**

- Digunakan untuk mengikat tali pada tiang atau kayu balok.



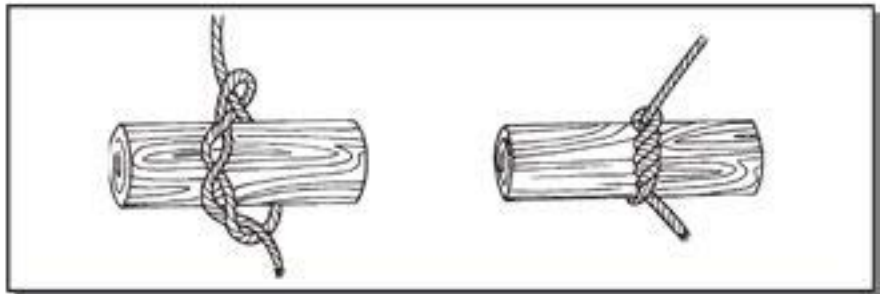
(e) **Simpul tindih kasih**

- Digunakan untuk menjerat leher hewan.



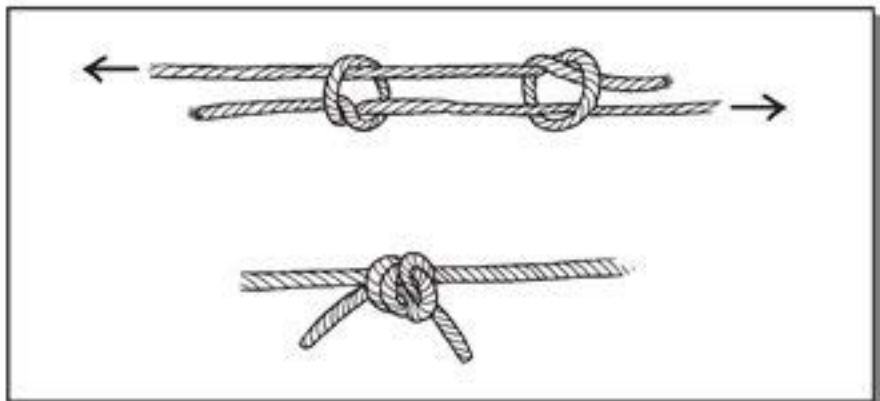
(f) **Simpul pemukat**

- Digunakan untuk membuat gajet yang perlu digantung.



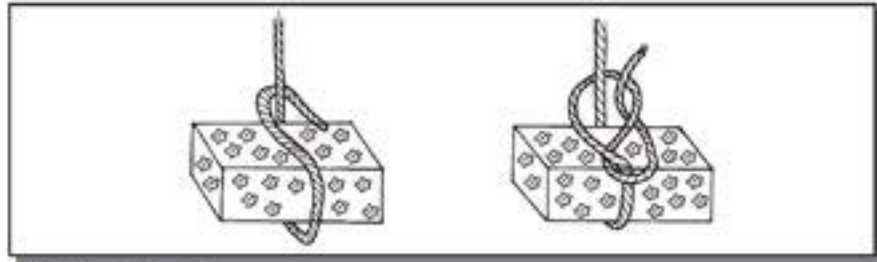
(g) **Simpul lilit balok**

- Digunakan untuk mengikat tali pada kayu atau balok.



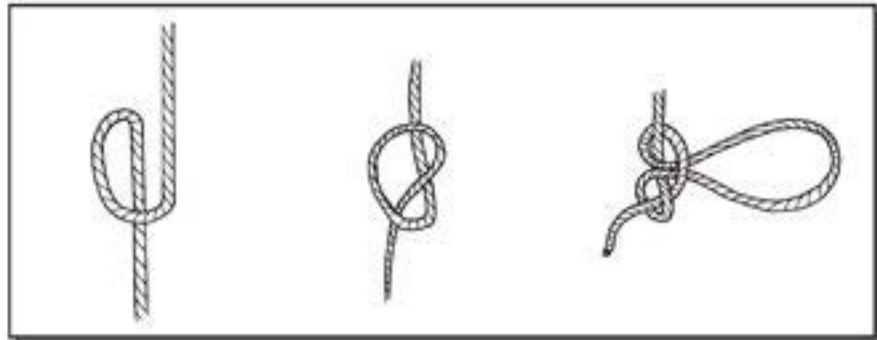
(h) **Simpul pengail**

- Digunakan untuk menyambungkan dua tali untuk mengail.



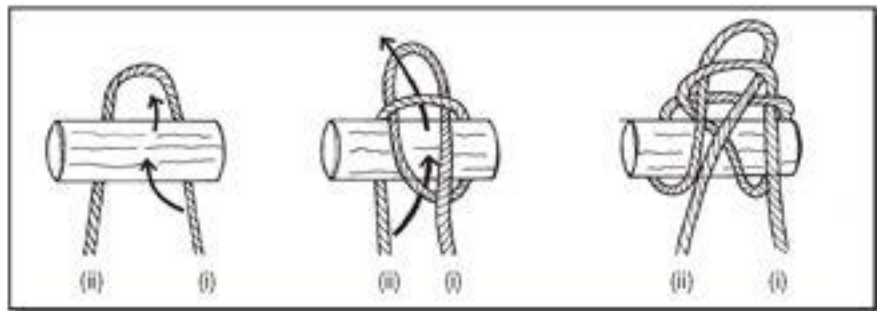
(i) **Simpul bungkus**

- Digunakan untuk mengikat bungkus.



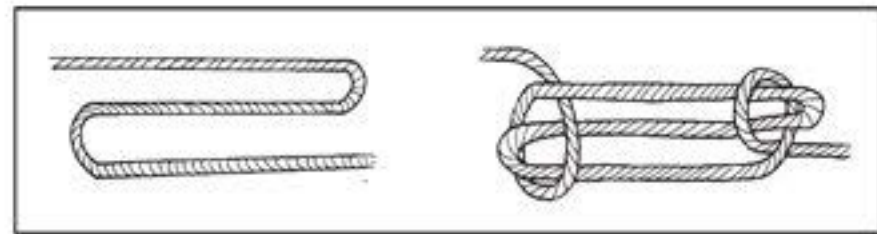
(j) **Simpul abah-abah**

- Digunakan untuk menarik benda berat dan membuat tanjul di tengah-tengah tali.



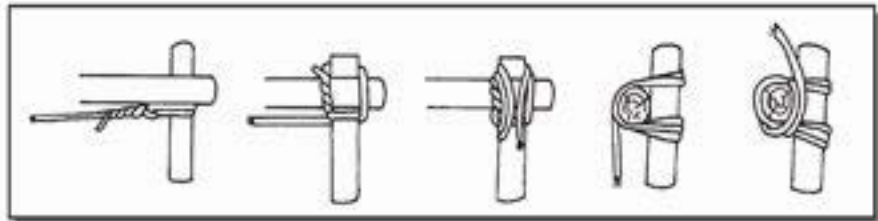
(k) **Simpul tarik**

- Digunakan dalam aktiviti mendaki dan memanjat.



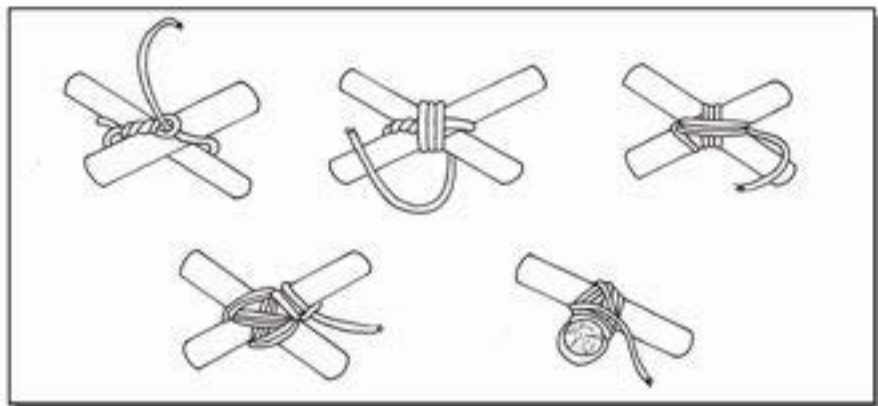
(l) **Simpul pulih**

- Digunakan untuk menguatkan bahagian tali yang tidak kukuh.



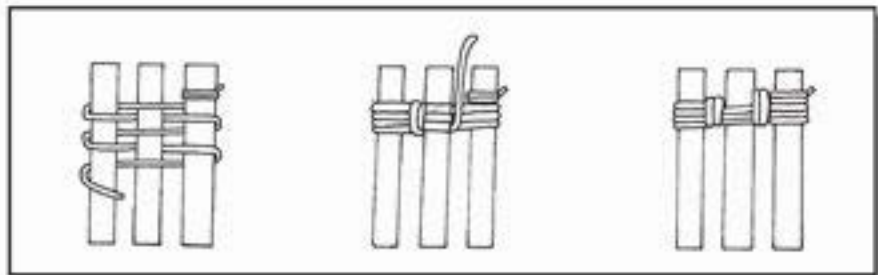
(m) Ikatan seraya

- Digunakan untuk membuat jambatan, dapur, meja, menara, kerusi dan sebagainya.



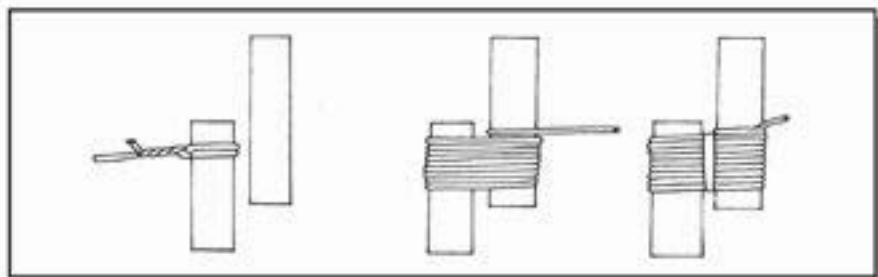
(n) Ikatan serong

- Digunakan untuk membuat jambatan, gajet, meja, kerusi dan sebagainya.



(o) Ikatan silang tungku

- Digunakan untuk membuat gajet.



(p) Ikatan silang gunting

- Digunakan untuk menyambung dua batang kayu, dua batang tiang dan untuk membuat gajet.

2. Latihan Pertolongan Cemas

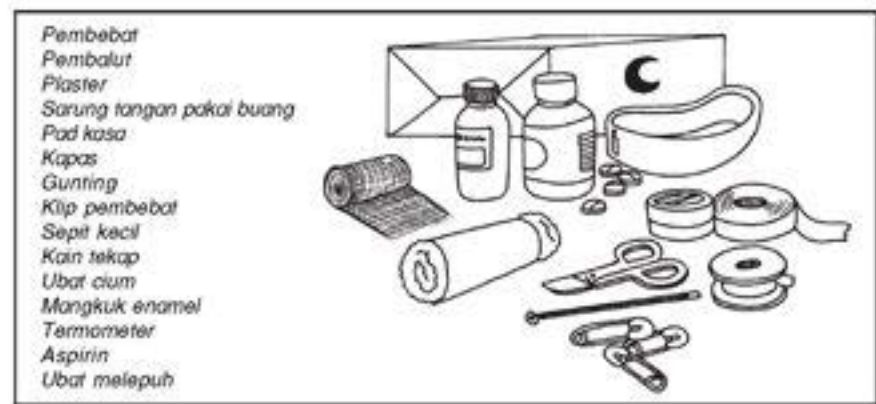
Pertolongan cemas ialah rawatan sementara yang diberikan kepada mangsa kemalangan atau pesakit sebelum pesakit mendapat rawatan selanjutnya daripada doktor. Pertolongan cemas dapat membantu mengurangkan bahaya dan kesakitan kepada pesakit.

Peraturan asas pertolongan cemas

- Mengenal pasti punca kemalangan.
- Memberi bantuan kepada pesakit jika pernafasan terhenti.
- Pulihkan pernafasan pesakit jika pernafasannya terhenti.
- Beri semangat dan perangsang kepada pesakit.
- Pindahkan pesakit ke tempat yang lebih selesa dan selamat.

Peti pertolongan cemas

Pastikan peralatan berikut terdapat di dalam peti pertolongan cemas.



Cara merawat luka

- (a) **Luka kecil**
- Basuh tangan anda dengan bersih sebelum merawat luka.
 - Basuh bahagian anggota yang luka dengan air atau dettol supaya tidak dijangkiti kuman.
 - Lap bahagian luka sehingga kering.
 - Sapu luka dengan iodin dan balut dengan pembalut.
- (b) **Luka parah**
- Tekan arteri pada anggota badan yang khusus untuk menghentikan pendarahan.
 - Letakkan pad pada luka dan tinggikan bahagian yang luka di atas paras jantung.
 - Balut luka dengan pembalut steril.
 - Bawa pesakit ke hospital untuk menerima rawatan.
- (c) **Luka terbakar akibat elektrik**
- Putuskan sambungan dengan sumber elektrik sebelum anda menyentuh mangsa.
 - Simbah bahagian anggota badan yang luka dengan air sejuk yang banyak.
 - Letakkan penambat elektrik dan pembalut tiga segi pada luka untuk melindungi daripada jangkitan kuman.
 - Bawa mangsa ke hospital.

- (d) **Terpijak paku karat**
Paku karat boleh menyebabkan kancing gigi. Pesakit perlu diberi rawatan segera.
- Cabut paku dan bersihkan luka.
 - Hantar pesakit ke klinik atau hospital untuk rawatan lanjut.

Cara merawat pendarahan

- (a) **Rawatan hidung berdarah**
- Minta pesakit duduk dan dongakkan kepalanya ke hadapan.
 - Longgarkan pakaian di bahagian leher pesakit.
 - Minta pesakit bernafas melalui mulut.
 - Letakkan air batu atau kain basah di atas batang hidung atau kepala pesakit.
 - Picit lubang hidung kira-kira 5 minit.
- (b) **Rawatan telinga berdarah**
- Baringkan mangsa ke arah bahagian telinga yang berdarah supaya darah dapat mengalir keluar.
 - Lekatkan pad penyerap pada telinga dan balut dengan kemas.
- (c) **Lebam**
Lebam disebabkan oleh pendarahan dalaman.
- Letakkan bahagian anggota yang cedera dalam keadaan selesa.
 - Gunakan tuaman sejuk untuk merawat anggota yang lebam itu.

Cara merawat kecederaan kulit

- (a) **Melecur yang ringan**
- Tenggalkan pakaian atau perhiasan pada bahagian anggota yang melecur sebelum gelembung terbentuk.
 - Curahkan air sejuk pada anggota yang melecur selama 10 minit. Gunakan susu cair jika tidak ada air.
 - Jangan tanggalkan pakaian jika pakaian terlekat pada kulit.
- (b) **Selaran matahari**
- Tutup kulit mangsa dengan tuala atau kain dan bawa ke tempat teduh.
 - Lap kulit mangsa dengan menggunakan spon dan air sejuk. Anda juga boleh merendamkan anggota yang cedera di dalam air sejuk selama 10 minit.
 - Galakkan mangsa minum minuman sejuk dari semasa ke semasa.

Cara merawat terseliuh dan patah

- (a) **Terseliuh**
- Dudukkan pesakit untuk merehatkan kakinya. Tenggalkan kasut dan stoking.
 - Letakkan kain flanel yang dibasahkan dengan air sejuk pada kaki.
 - Balut pergelangan kaki dengan lapisan kapas yang tebal.
- (b) **Patah tangan**
- Balut tangan yang patah.
 - Sokong tangan yang patah dengan membuat sling.
 - Bawa pesakit ke hospital.
- (c) **Patah kaki**
- Baringkan pesakit dan sangga kakinya di pergelangan kaki dan lutut.
 - Tegapkan kaki yang cedera dengan pad.
 - Letakkan kain yang digulung di sekeliling kaki pesakit yang tercedera.
 - Lipat pembalut lipatan kecil dalam bentuk angka 8 di sekeliling kain dan pergelangan kaki.

- Ikatkan pembalut lipatan besar dalam lipatan bentuk angka 8 di atas bahagian yang cedera dan lutut.
- Ikatkan pembalut lipatan besar pada bahagian lutut.
- Bawa pesakit itu ke hospital.

Objek asing

(a) Objek masuk ke dalam mata

- Minta mangsa duduk dan menghadap ke arah cahaya.
- Berdiri di belakang mangsa dan belakangkan kelopak mata mangsa dengan ibu jari dan jejari anda.
- Cuci mata dengan air atau pencuci mata untuk mengeluarkan objek.
- Jika tidak berjaya, keluarkan objek dengan sudut tisu atau tuala yang bersih.

(b) Objek masuk ke dalam telinga

- Apabila ada objek masuk ke dalam telinga, bawa pesakit ke hospital dengan segera.

(c) Objek masuk ke dalam hidung

- Minta pesakit bernafas melalui mulut.
- Bawa pesakit ke hospital.

(d) Tertusuk objek pada kulit (selumbar)

- Bersihkan bahagian anggota yang tertusuk selumbar dengan sabun dan air suam.
- Bersihkan penyepit dengan sabun steril atau nyalaan api.
- Keluarkan selumbar dengan penyepit.
- Bersihkan tempat luka dan tampalkan plaster.

Terminum racun

- Galakkan pesakit supaya muntah.
- Beri pesakit minum air untuk mengurangkan kandungan racun di dalam badan pesakit.
- Hantar pesakit ke klinik atau hospital. Bawa bersama-sama sisa, bekas racun atau contoh muntah bagi memudahkan doktor merawat pesakit tersebut.

Baju terbakar

- Selimut mangsa dengan selimut, kain tebal atau guni.
- Gulingkan mangsa di atas lantai atau tanah sehingga api padam.
- Beri rawatan segera apabila api dapat dipadamkan.

Cara merawat gigitan ringan

- Bersihkan luka dengan air suam dan sabun untuk mengeluarkan semua kotoran.
- Keringkan luka dan balut dengan plaster.

Rawatan sengatan berbisa

- Kenal pasti binatang bisa yang mengigit. (kala, lipan, lebah, tebuan).
- Keluarkan sengatan dengan menggunakan penyepit kecil jika sengatan masih terdapat pada kulit.
- Tuam kulit dengan tuam yang sejuk untuk mengurangkan bengkak dan kesakitan.
- Berikan parasetamol kepada pesakit untuk mengurangkan rasa sakit jika perlu.
- Berikan antihistamin untuk mengurangkan reaksi bisa.
- Hantar pesakit ke hospital.

Renjatan

- Rawat sebarang punca renjatan, contohnya, pendarahan yang teruk, luka terbakar yang teruk atau kehilangan cecair dalam badan.
- Rendahkan kepala pesakit agar peredaran darah ke kepala mengalir sempurna
- Tinggikan kaki pesakit dengan menggunakan bantal atau buku.
- Longgarkan pakaian pesakit untuk memudahkan penafasan.
- Selimutkan pesakit dan hantar pesakit ke hospital.

Pengsan

- Baringkan pesakit dengan segera dengan keadaan kakinya lebih tinggi supaya peredaran darah ke otak stabil.
- Tentukan saluran pernafasan pesakit tidak terganggu.
- Longgarkan pakaian di bahagian leher, dada dan pinggang pesakit.
- Elakkan orang ramai daripada berkerumun di sekeliling pesakit.

Kejang otot

- Regangkan otot ke arah yang bertentangan dengan anggota yang kejang.
- Tarik anggota badan yang kejang.
- Jika berlaku kekejangan pada betis, bantu pesakit berjalan.
- Berikan air bercampur garam kepada pesakit untuk diminum.

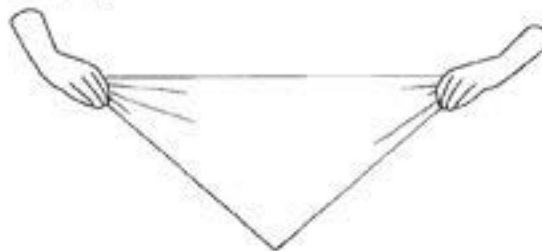
Pemalut dan anduh

Pemalut digunakan untuk mencegah jangkitan kuman, menyerap keluar kataran, menahan darah daripada terus keluar dan mengurangkan kesakitan yang teruk. Terdapat dua jenis pemalut iaitu:

1. Pemalut gulung

- Berelastik
- Pembekat
- Krep
- Pemalut terbuka
- Adesif lekat sendiri

2. Pemalut segi tiga



Peraturan menggunakan pemalut gulung

- Gunakan pemalut yang sesuai mengikut ukuran.
- Balutkan pemalut tidak terlalu ketat atau longgar.
- Ampu bahagian anggota yang perlu dibalut.
- Balutan hendaklah bermula dari arah dalam ke bahagian luar dan dari arah bawah ke atas.
- Lipatkan hujung pemalut dan sematkan dengan pin.

Anduh

Anduh digunakan untuk mengampu dan merehatkan anggota badan yang tercedera terutamanya tangan yang tercedera.



Pemulihan pernafasan

Pernafasan terhenti disebabkan oleh punca-punca berikut:

- Leher terjerut
- Lemas disebabkan gas, asap atau air
- Saluran pernafasan tersumbat kerana tersekat makanan
- Terkena arus elektrik dan terminum racun
- Penyakit jantung atau paru-paru
- Terhimpit dada

Bantuan pemulihan pernafasan

Ada tiga cara bantuan pemulihan pernafasan.

1. Kaedah mulut ke mulut

- Paling muka pesakit ke sisi dan buang semua objek yang menghalang dari mulut pesakit.
- Baringkan pesakit dalam keadaan terlentang. Letak tangan anda pada tengkuk pesakit dan sebelah lagi pada dahi pesakit untuk membuka saluran pernafasannya.
- Tarik nafas dalam-dalam. Picit hidung pesakit dengan jari dan lekapkan bibir mulut anda sekeliling mulut pesakit tersebut.
- Hembus ke mulut pesakit sehingga dadanya kembang.

Perhatian: Kaedah pemulihan pernafasan tidak boleh dilakukan dalam keadaan-keadaan berikut:

- Terdapat luka pada mulut pesakit.
- Mulut pesakit tertelagkup ke bawah.
- Apabila pesakit termuntah.

2. Kaedah Holger Neilsen

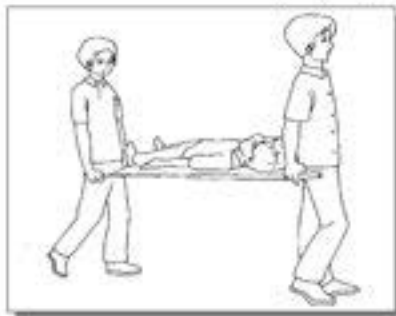
- Buang objek yang menghalang pernafasan mangsa.
- Letakkan mangsa di tempat yang rata dalam keadaan meniarap dan mukanya ke sisi.
- Tindan tangan mangsa di bawah dahinya.

- (d) Duduk di hujung kepala mangsa dan letakkan tangan di belakang mangsa.
- (e) Tekan bahu mangsa perlahan-lahan sehingga lengan anda tegak mengikut susuk badan mangsa.
- (f) Undur badan ke belakang dan urut tangan mangsa dari bahu sehingga ke pangkal lengan dengan mencengkam jari tangan anda.
- (g) Tarik tangan mangsa dari pangkal lengan sehingga lengannya menjadi tegang.
- (h) Letak semula lengan mangsa seperti asal dan ulangi semua langkah sehingga mangsa pulih.

3. Kaedah Shafer

- (a) Letak mangsa dalam kedudukan tertiarap.
- (b) Duduk melutut di sisi paha mangsa.
- (c) Letakkan kedua-dua tapak tangan anda pada pinggang mangsa.
- (d) Gunakan badan anda sehingga tangan anda berkeadaan tegak.
- (e) Tekan pinggang mangsa berulang kali sehingga pematasan mangsa pulih.

Kaedah memindah mangsa yang cedera



(a) Menggunakan pengusung



(b) Mengendang



(c) Menggunakan selimut



(d) Memimpin

Menahan darah

Setiap ahli pengakap perlu mengetahui tempat dan cara untuk menahan darah yang keluar semasa pendarahan. Mereka perlu mengetahui tentang kedudukan arteri dan fungsinya menahan pengaliran darah daripada bahagian tertentu anggota manusia.

3. Keselamatan Jalan Raya

Guru boleh merujuk kepada teks Kadet Remaja Sekolah pada muka surat 90 - 91.

4. Latihan Kecergasan Badan

Guru boleh merujuk kepada teks Kadet Remaja Sekolah pada muka surat 86 - 87.

5. Perkhemahan

Perkhemahan merupakan suatu pengalaman yang menarik dan menyeronokkan bagi ahli pengakap. Perkhemahan memberi peluang kepada ahli pengakap untuk bekerjasama, bertukar-tukar fikiran, berdikari serta berlatih melepaskan diri daripada sebarang masalah.

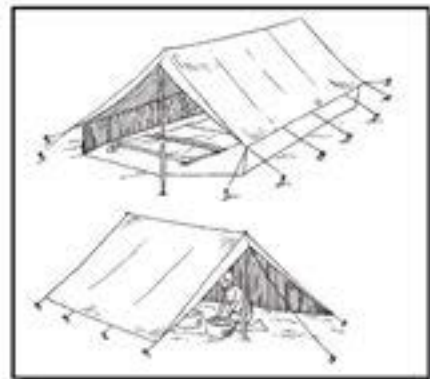
(a) Atur cara perkhemahan

- Pelajar perlu mendapat kebenaran daripada ibu bapa/penjaga, pemimpin pengakap dan pengetua sebelum mengadakan aktiviti pengakap.
- Memilih kawasan perkhemahan yang sesuai dan selamat.
- Menyediakan peralatan perkhemahan yang mencukupi.
- Menyediakan barangan keperluan dan bekalan yang perlu dibawa untuk perkhemahan.
- Tujuan dan jadual perkhemahan itu diadakan.

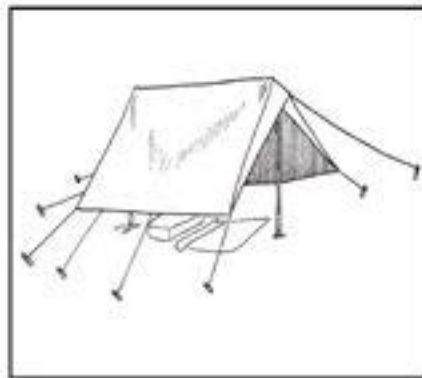
(b) Jenis-jenis khemah



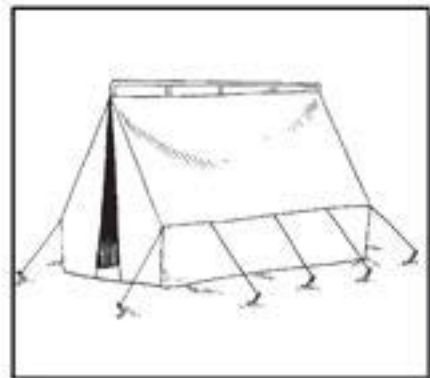
(a) Khemah satu tiang



(b) Khemah bentuk dinding



(c) Khemah bentuk helian terbang



(d) Khemah bentuk ridge besar

(c) Memilih tapak perkhemahan

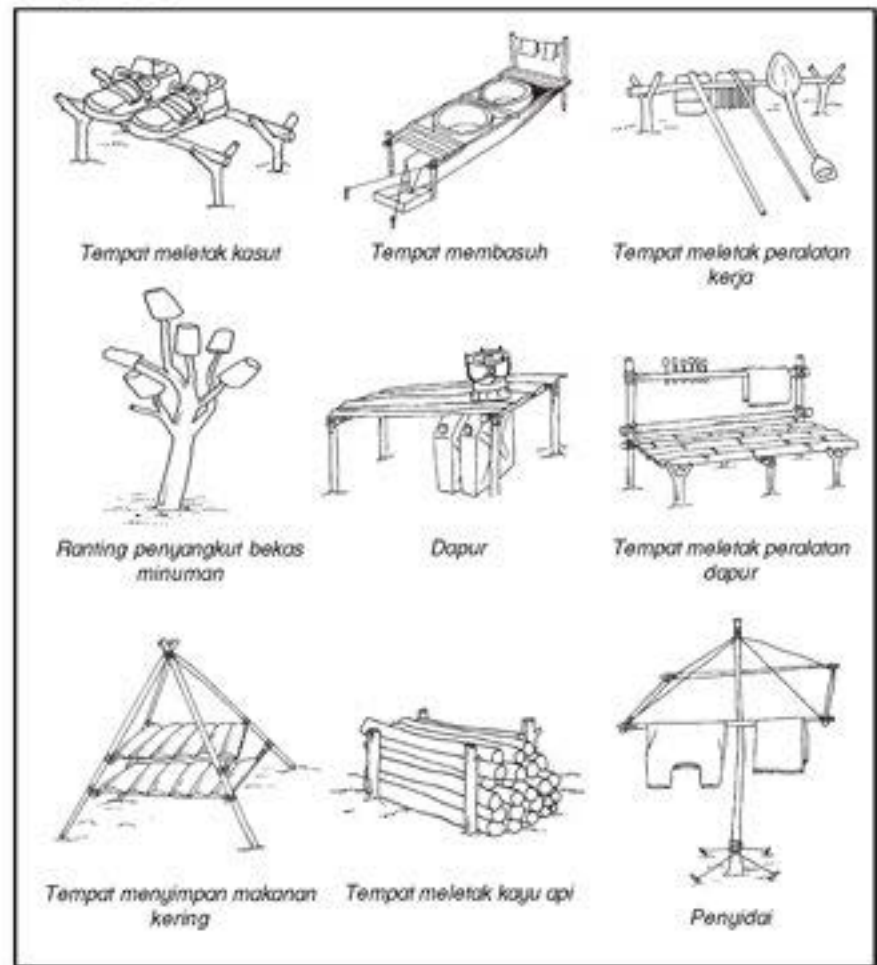
Ahli pengakap perlu mengambil kira beberapa aspek penting semasa mendirikan khemah.

- Pastikan khemah didirikan di kawasan yang rata dan lapang.
- Pastikan pintu khemah tidak menghala ke arah pancaran matahari atau ke arah tiupan angin.
- Pastikan yang khemah tidak didirikan di kawasan yang bersemak-samun dan becek.
- Pastikan yang khemah tidak didirikan hampir dengan lereng bukit.
- Pastikan yang khemah didirikan jauh dari pokok yang condong atau pokok yang mempunyai dahan yang reput.
- Pilih tempat yang teduh, selesa dan sejuk untuk mendirikan khemah.

(d) Gajet

Gajet diperlukan semasa perkhemahan untuk menggantikan perabot dan peralatan yang diperlukan. Gajet yang dibuat perlulah mudah dan ringkas serta mudah untuk dirobohkan selepas aktiviti perkhemahan.

Jenis-jenis gajet



(e) Persiapan awal

Ahli pengakap perlu membuat persiapan awal sebelum menghadiri aktiviti perkhemahan.

- Memilih tempat yang sesuai untuk perkhemahan – kawasan yang luas bagi seluruh ahli, menarik dan selamat daripada bahaya.
- Menguruskan urusan surat-menyurat kepada pihak tertentu dan ibu bapa/ penjaga.
- Menyediakan peralatan perkhemahan.

(f) Keperluan ahli

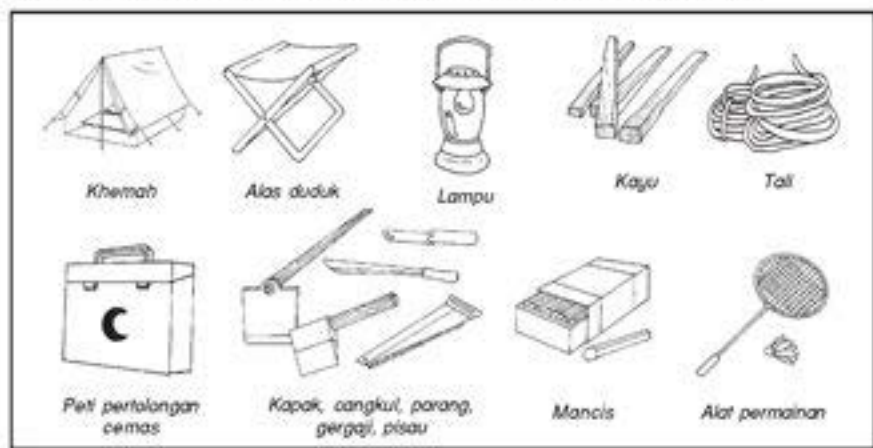
Semasa berkhemah, ahli perlu membawa barang-barang seperti berikut: pakaian seragam pengakap, pakaian lain yang perlu, kasut, selimut, bantal, peralatan ibadat, lampu picit, alat tulis dan buku, pinggan mangkuk, gelas, alat kebersihan (sabun, berus gigi) dan lain-lain.

(g) Peralatan dapur

Antara peralatan dapur yang perlu dibawa semasa perkhemahan oleh setiap kumpulan ialah ceruk, kuai dengan penutup, sudip, tiga biji periuk berpenutup, baldi besar, pisau, pembuka tin, batu asah, kain pelapik, berus, sabun, tali, bahan-bahan memasak dan sebagainya.

(h) Peralatan berkhemah

Ahli pengakap perlu membawa peralatan berikut semasa berkhemah.



(i) Menyalakan api

Ahli pengakap perlu mengetahui cara menghidupkan api semasa perkhemahan.

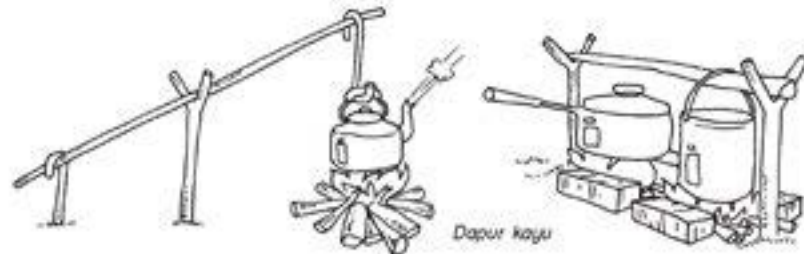
1. Sediakan daun kering, rumput kering atau ranting-ranting kayu kecil sebagai umpan.
2. Ramaskan daun atau rumput kering supaya mudah bernyala.
3. Letakkan daun-daun atau rumput kering di bahagian bawah sekali. Susun ranting kayu yang kecil dan semakin membesar di bahagian atas.
4. Nyalakan umpan dengan berhati-hati.
5. Letakkan ranting kayu yang besar di atas setelah ranting kecil menyala.



(j) Dapur

Dapur amat penting semasa aktiviti perkhemahan.

- Dapur kayu – diperbuat daripada batang kayu, dahan kayu, ranting dan buluh.



- Dapur gajet
Dapur gajet diperbuat daripada buluh dan batang kayu.



- Dapur minyak tanah



Dapur minyak tanah

(k) Menyediakan makanan dan minuman

Makanan perlu dimasak untuk membunuh bakteria yang berbahaya dan supaya makanan boleh tahan lebih lama. Antara cara yang boleh digunakan untuk memasak makanan ialah dengan cara mencelur, merebus, merendaih dan menggoreng. Cara masakan pula perlulah bersesuaian dengan jenis masakan dan bahan makanan yang disediakan.

Ahli pengakap juga perlu mengetahui cara menyediakan minuman yang berkhasiat semasa perkhemahan seperti teh, kopi, koko, susu, jus buah-buahan segar dan sebagainya.

(l) Aktiviti semasa perkhemahan

- (a) **Kawat**
Ahli pengakap boleh mengadakan pertandingan kawat kaki dan kawat tongkat semasa perkhemahan.
- (b) **Hobi**
Ahli pengakap menjalankan aktiviti memancing, berenang, berakit, bersampan, dan sebagainya.
- (c) **Permainan**
Pelbagai jenis permainan boleh dimainkan oleh ahli pengakap semasa perkhemahan seperti permainan kim, permainan belalang dengan buaya dan sebagainya.
- (d) **Pengembaraan**
Suatu pengembaraan ringkas dan cepat selama sepetang boleh diadakan oleh ahli pengakap.

- (e) **Aktiviti berhalangan**
Aktiviti berhalangan dapat menyemai sikap yakin diri, tabah, tidak mudah putus asa dalam jiwa ahli di samping meningkatkan daya ketahanan fizikal dan mental ahli.
Contoh aktiviti berhalangan: meniti dua tali, bergayut,imbangan badan, memanjat tali, memanjat pagar dan tembak, melompat becak dan lapak dan sebagainya.
- (f) **Malam kebudayaan**
Malam kebudayaan diadakan bertujuan untuk menghilangkan rasa bosan dan letih ahli pengakap di samping menyemai semangat cintakan budaya dalam jiwa pengakap.
- (g) **Aktiviti bebas**
Antara aktiviti bebas yang boleh dijalankan termasuklah menghayati alam semula jadi, melukis gambar, menulis sajak atau bertukar-tukar fikiran dengan rakan-rakan.
- (h) **Mengesan dan menjejak**
Dalam aktiviti ini, ahli pengakap akan mengesan dan menjejak kawasan tertentu yang ditetapkan.
- (i) **Memasak dan kehidupan di hutan**
Ahli pengakap memasak pelbagai masakan hutan dan menjalani kehidupan di hutan.
- (j) **Pertolongan cemas**
Ahli pengakap cidedahkan dengan aktiviti pertolongan cemas yang sebenarnya semasa perkhemahan.
- (k) **Mencari harta karun**
Permainan mencari harta karun dapat memupuk sikap kerjasama dan bersabar dalam jiwa ahli di samping untuk bergembira. Dalam permainan ini, ahli pengakap dibahagikan kepada beberapa kumpulan dan diberi peta arahan untuk mencari "harta" tersembunyi.
- (l) **Orienteering**
Orienteering ialah aktiviti pandu arah yang mana ahli pengakap akan bergerak dari satu tempat ke satu tempat secara individu atau berkumpulan berpandukan peta dan kompas. Aktiviti *orienteering* boleh dilakukan di kawasan rekreasi, kawasan hutan dan juga di persekitaran sekolah.
Aktiviti *orienteering* dapat menyemai sikap kerjasama antara ahli, meningkatkan daya mental ahli, memupuk nilai kesabaran dan ketabahan, membina sikap yakin diri dan menyemai sikap mencintai alam sekitar di kalangan ahli pengakap.
(Rujuk teks Persatuan Pandu Puteri pada muka surat 54)

6. Membina Peta, Kompas dan Awan

Guru boleh merujuk teks Persatuan Pandu Puteri pada muka surat 55 – 58.

7. Isyarat Pengakap

Guru boleh merujuk teks Persatuan Pandu Puteri pada muka surat 58.

8. *Pioneering*

- *Pioneering* ialah kemahiran membina jambatan, menara dan sebagainya. Ahli pengakap perlu tahu menggunakan simpulan dan ikatan untuk membina sebuah projek *pioneering*. Ahli pengakap juga perlu mahir menggunakan gergaji dan kapak untuk menebang dan memotong.

- Setiap ahli pengakap juga perlu mengetahui tentang sistem pancang sebelum menjalankan aktiviti *pioneering*. Tiga jenis sistem pancang yang biasa digunakan ialah
 - (a) Sistem deadman
 - (b) Sistem 3-2-1
 - (c) Sistem batang kayu dan pancang
- Terdapat dua jenis projek *pioneering* iaitu
 - (a) *Light pioneering* – *pioneering* yang ringkas dan asas
 - (b) *Mainline pioneering*

