

TAJUK: BOLA KERANJANG (PERALATAN DAN PAKAIAN PEMAIN)

ARAHAN: Baca dan fahami nota dibawah ini

Bola Keranjang



Permainan Bola Keranjang

Permainan bola keranjang melibatkan dua pasukan yang terdiri daripada lima orang pemain setiap pasukan. Terdapat dua orang pengawal (*guard*), dua orang pemain hadapan (*forward*), dan seorang pemain tengah. Pasukan penyerang akan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan dan pasukan pertahanan akan cuba mengadang bola daripada membolosi keranjangnya.



Peralatan dan Pakaian Pemain

Bola

Jersi

Seluar

Stoking

Kasut

- Bentuk sfera.
- Diperbuat daripada kulit tiruan dan getah.
- Garisan dibahagikan kepada 8 bahagian atau panel.
- Perempuan sekolah menengah
 - Saiz 6
 - Berat: 510 - 567 g
 - Lilitan: 72.4 - 73.7 cm
- Lelaki sekolah menengah
 - Saiz 7
 - Berat: 567 - 650 g
 - Lilitan: 74.9 - 78 cm



Tip Penting

Murid perlu melakukan aktiviti memanaskan badan sebelum memulakan permainan.



Info

Kesesuaian tekanan udara ditentukan berdasarkan kadar lantunan bola yang melantun pada aras pinggang ketika dijatuhkan dari aras bahu.

ARAHAN: Jawab soalan yang berikut.

1. Permainan bola keranjang ini melibatkan berapa pasukan?
 - a. 1 pasukan
 - b. 2 pasukan
 - c. 3 pasukan
2. Berapakah bilangan pemain dalam satu pasukan bola keranjang?
 - a. 3 orang pemain
 - b. 4 orang pemain
 - c. 5 orang pemain
3. Pernyataan yang manakah yang betul?
 - a. Terdapat 2 orang pengawal, 2 orang pemain hadapan, dan 2 orang pemain tengah
 - b. Terdapat 1 orang pengawal, 2 orang pemain hadapan, dan seorang pemain tengah
 - c. Terdapat 2 orang pengawal, 2 orang pemain hadapan, dan seorang pemain tengah
4. Yang manakah bola keranjang?



a.



b.



c.

5. Beradarkan pernyataan ini, ciri bola tersebut sesuai untuk siapa?

Saiz bola:6

Berat bola:510g-567g

Lilitan: 72.4cm - 73.7cm

- a. Lelaki sekolah menengah
 - b. Perempuan sekolah menengah
6. Apakah set pakaian untuk pemain bola keranjang?
 - a. Jersi, seluar, stoking, selipar
 - b. Jersi, seluar, stoking, kasut
 - c. Jersi, kain, stoking, kasut