

Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) PJOK 7

NAMA :

KELAS :

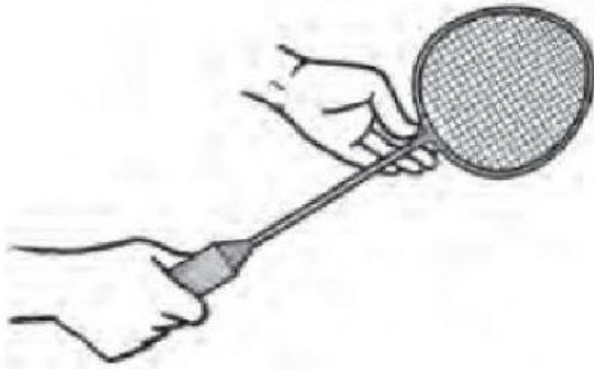
HARI/TANGGAL :

Permainan Bola Besar dan Bola Kecil

“BOLA BASKET, BULUTANGKIS, dan TENIS MEJA”

Berikan pernyataan benar (B) atau Salah (S), pada kolom tabel yang sudah disediakan !

NO	PERNYATAAN	B	S
1	Bola Basket adalah olahraga yang dilakukan secara berkelompok dan dimainkan oleh dua tim yang berlawanan. Masing-masing tim memiliki 5 orang anggota. Setiap tim harus berusaha mencetak poin sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke dalam ring lawan.		
2	Pivot dalam bola basket adalah gerakan memutar badan yang tumpuannya menggunakan salah satu kaki sebagai poros putaran setelah menerima bola atau passing dari rekan satu tim.		
3	Induk olahraga bola basket dunia bernama FIBA , sedangkan induk olahraga di Indonesia bernama Perbasasi .		
4	Ukuran Lapangan Bola Basket • Panjang : 28 meter • Lebar : 15 meter • Tinggi ring : 4,05 meter		

5	 Gambar teknik dasar menggiring bola basket.		
6	Sejak terbentuknya BWF/IBF pada tanggal 5 Juli 1934, bulu tangkis berkembang pesat, hingga terbentuknya Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia (PBSI) pada 5 Mei 1951.		
7	Pukulan overhead lob dilakukan dengan cara memukul <i>shuttlecock</i> dari atas kepala, posisinya dari belakang diarahkan keatas menuju bagian belakang lapangan lawannya.		
8	 English grip (memegang kapak)		
9	Pukulan servis merupakan pukulan dengan raket untuk menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lawan secara diagonal dan bertujuan sebagai permulaan permainan.		
10	Setiap pemain bulutangkis menempati bagiannya masing-masing dengan net sebagai pembatas diantaranya. Sesuai aturan resmi, ukuran panjang keseluruhan dari lapangan bulutangkis adalah 13,40 m, sementara lebar lapangan adalah 6,10 m.		
11	Tenis meja merupakan permainan dengan menggunakan bola kecil yang		

	dinamai pingpong serta pemukul berupa bet yang dilapisi karet dan sebuah meja yang dirancang khusus sebagai area permainan.		
12	Footwork adalah sikap siap sedia sebelum melakukan servis, atau posisi kita sesudah memukul bola dan menanti pengembalian bola lawan.		
13	 Teknik memegang bet “ Shakehand Grip “		
14	Induk Internasional tenis meja dunia adalah ITTF , sedangkan induk organisasi tenis meja di Indonesia adalah PTMSI .		
15	Ukuran lapangan tenis meja memiliki panjang 2,74 m, lebar 1,525 m dan juga tinggi 76 cm		