



UJIAN UASA OLAHRAGA BADMINTON SEKOLAH RENDAH

Ujian Objektif (25 Soalan)

Jumlah Markah : 100



Nama : _____ Umur : _____ Tarikh : _____

Arahan : Pilih jawapan yang paling tepat. Hitamkan jawapan A, B, C atau D pada kertas jawapan.

- Alat yang digunakan untuk bermain badminton ialah...
A. Bola sepak B. Raket
C. Kayu hoki D. Pemukul tenis
- Saiz panjang gelanggang badminton untuk perseorangan ialah...
A. 13.4 m x 5.18 m B. 15.4 m x 6.10 m
C. 17.4 m x 8.23 m D. 20.0 m x 10.0 m
- Ketinggian jaring badminton bagi lelaki ialah...
A. 1.55 m C. 1.95 m
B. 1.75 m D. 2.10 m
- Antara berikut, yang manakah merupakan teknik servis dalam badminton?
A. Smash C. Service
B. Drop shot D. Lob
- Servis yang dilakukan dengan pukulan bawah ialah...
A. Servis tinggi B. Servis bawah
C. Servis pendek D. Servis pujuk
- Apakah tujuan melakukan smash dalam badminton?
A. Mengelirukan lawan
B. Menyerang dan menjatuhkan shuttlecock
C. Bertahan daripada serangan lawan
D. Mengawal permainan
- Posisi tangan ketika memegang raket yang betul ialah...
A. Tangan di bahagian tengah pemegang
B. Tangan terlalu kuat menggenggam
C. Jari telunjuk di bahagian atas pemegang
D. Raket dipegang dengan kedua-dua tangan
- Apakah peraturan asas yang perlu dipatuhi semasa bermain badminton?
A. Bermain dengan kasar
B. Menyentuh jaring
C. Menghormati lawan dan pengadil
D. Menggunakan bola sepak
- Antara berikut, yang manakah merupakan kesalahan dalam badminton?
A. Shuttlecock mendarat di dalam gelanggang lawan
B. Melepasi garisan servis
C. Memukul shuttlecock dua kali berturut-turut
D. Bermain dengan penuh semangat
- Apakah maksud 'rally' dalam badminton?
A. Servis dalam
B. Pertukaran pukulan antara pemain
C. Kemenangan
D. Permulaan permainan
- Peralatan yang manakah digunakan untuk mengukur jarak servis?
A. Raket C. Garis servis
B. Garis servis D. Jam randik
- Apakah peranan kaki semasa melakukan pukulan dalam badminton?
A. Mengawal limbangan C. Menghentikan
B. Hanya untuk melompat D. Membantu memegang raket
- Antara berikut, yang manakah jenis pukulan yang digunakan untuk perlawanan?
A. Smash C. Clear
B. Drop shot D. Net shot
- Berapa mata yang diperoleh dalam satu set permainan badminton?
A. 11 mata C. 31 mata
B. 21 mata D. 25 mata
- Apakah yang dimaksudkan dengan 'clear' dalam badminton?
A. Pukulan rendah di hadapan jaring
B. Pukulan tinggi ke bahagian belakang gelanggang lawan
C. Pukulan kaki ke arah lawan
D. Pukulan pendek di hadapan jaring
- Apakah fungsi kasut sukan semasa bermain badminton?
A. Menambah berat badan
B. Memberi cengkaman dan mengelakkan tergelincir
C. Membantu memegang raket
D. Mengurangkan kawalan pergerakan
- Antara berikut, yang manakah merupakan kemahiran asas dalam badminton?
A. Melompat tali C. Berenang
B. Berjalan dan berlari D. Bermain bola sepak
- Apakah jarak antara tiang jaring badminton?
A. 5.18 m C. 7.32 m
B. 6.10 m D. 8.23 m
- Apakah nama pukulan yang dilakukan dari belakang ke depan dengan pergerakan menaik?
A. Smash C. Lob
B. Clear D. Drop shot
- Apakah peranan jurulatih dalam sukan badminton?
A. Hanya menonton perlawanan
B. Memberi arahan dan bimbingan
C. Menggantikan pemain
D. Bertugas sebagai pengadil
- Apakah yang harus dilakukan selepas bermain badminton?
A. Langsung mandi air sejuk
B. Melakukan regangan dan penyejukan
C. Minum air manis
D. Berbaring tanpa melakukan apa-apa
- Antara berikut, yang manakah merupakan semasa berlatih badminton?
A. Menguatkan otot tangan
B. Meningkatkan berat badan dan kaki
C. Menyelembak cepat letih
D. Melemahkan daya tumpuan
- Apakah silap yang perlu diamalkan semasa bermain badminton?
A. Berdebat dengan pengadil
B. Menghormati lawan dan rakan sepasukan
C. Menyalahkan rakan sepasukan
D. Bermain secara agresif
- Siapakah yang memulakan perlawanan badminton?
A. Pemain yang berada di sebelah kanan
B. Pemain yang berada di sebelah kiri
C. Pemain yang mempunyai servis
D. Pemain secara agresif
- Apakah warna gelanggang badminton yang digunakan?
A. Merah C. Hijau
B. Biru D. Kuning

