

KEMAHIRAN REKREASI

ORIENTEERING

1. Apakah yang dimaksudkan dengan aktiviti orienteering
 - A. Aktiviti pengembaraan secara terancang
 - B. Aktiviti perkhemahan secara kumpulan yang besar
 - C. Aktiviti yang dijalankan menggunakan kenderaan darat dan mengutamakan masa.
 - D. Aktiviti pandu arah yang bergerak dari satu tempat ke satu tempat aktiviti secara individu atau kumpulan dengan menggunakan kompas dan peta

3. Setiap pelajar seharusnya mempunyai ciri-ciri berikut untuk menjalankan aktiviti orienteering .
 - I Mampu menyelesaikan masalah secara bersama
 - II Mahir dalam matematik dan geografi
 - III Boleh membaca peta dan bearing
 - IV Mahir dalam aktiviti yang menggunakan tali
 - A. I, II dan III
 - B. I, II dan IV
 - C. I, III dan IV
 - D. II, III dan IV

4. Pengenalan dan orientasi peta atau pelan adalah untuk memperolehi maklumat seperti berikut
 - I tajuk peta
 - II arah Utara (mata angin)
 - III arah tiupan angin dan pasang surut air laut
 - IV petunjuk seperti jalan, tumbuh-tumbuhan, padang dan sebagainya

- A. I, II dan III
 - B. I, II dan IV
 - C. I, III dan IV
 - D. II, III dan IV
5. Terdapat empat arah mata angin perantaraan pada kompas yaitu
- A. utara, tenggara, barat laut dan selatan
 - B. timur, barat daya, barat laut dan barat
 - C. timur laut, tenggara, barat daya dan barat laut
 - D. utara, selatan, timur dan barat
6. Bearing ialah
- A. arah utara
 - B. arah kompas
 - C. arah mata angin
 - D. arah pusingan jam
7. Dalam aktiviti orienteering kemahiran adalah diperlukan bagi memastikan perjalanannya licin.
- A. mengenali flora dan fauna
 - B. mengenali grid dan bearing
 - C. membaca peta dan kompas
 - D. memahami ekologi dan konservasi
8. Pengetahuan mendalam tentang adalah asas kepada orienteering
- A. sains dan matematik
 - B. sains dan kecergasan
 - C. matematik dan sejarah

D. geografi dan matematik

10. boleh digunakan untuk membaca bearing pada peta topo atau pelan.

- A. Grid
- B. Protaktor
- C. Jam Randik
- D. Kernmantle

Tajuk : SOALAN PJPk TINGKATAN 2
Tunjang : KE SUKANAN

1. Dua dokumen yang digunakan dalam penyemakan stok sukan ialah
 - I resit belian
 - II buku rekod peralatan
 - III buku rekod keluar masuk alatan sukan
 - IV jadual bertugas pengawas bilik sukan

A I dan II
B II dan III
C III dan IV
D I dan IV
2. Mengapakah peralatan sukan perlu dilebalkan nama sekolah dan nombor inventori?
 - A Alatan tahan lama
 - B Alatan kelihatan kemas di rak
 - C Alatan boleh diletakkan dimerata-rata
 - D Alatan mudah dikenali apabila dipinjamkan kepada pelajar
3. Faedah pengurusan peralatan sukan yang cekap ialah
 - I alatan tahan lebih lama
 - II dapat melahirkan lebih ramai atlet

- III menjimatkan perbelanjaan sekolah
 - IV memberi imej yang baik kepada sekolah
 - A I, II dan III
 - B I, II dan IV
 - C I, III dan IV
 - D II, III dan IV
4. Insentif intrinsik bermaksud keinginan mencapai kejayaan yang didorong oleh
- A diri sendiri
 - B ibu bapa
 - C jurulatih
 - D guru pendidikan jasmani
5. Apakah kesan insentif intrinsik dan ekstrinsik kepada atlet?
- A Lahir atlet yang mementingkan diri
 - B Semangat patriotisme semakin hilang
 - C Lahir atlet yang mengutamakan ganjaran dalam bentuk wang
 - D Meningkatkan semangat atlet untuk berlatih bersungguh-sungguh
6. Isu-isu sosiobudaya yang terdapat dalam sukan dan permainan termasuk
- I pemilihan permainan
 - II pemilihan pakaian
 - III pecah amanah
 - IV pemakanan seimbang
- A I dan II
 - B II dan III
 - C III dan IV
 - D I dan IV

7. Permainan apakah dalam kumpulan status sosioekonomi yang tinggi?
- A Eluesterian
 - B Badminton
 - C Bola sepak
 - D Sepak takraw
8. Selain sekolah, agen sosialisasi juga terdiri daripada
- A guru
 - B artis
 - C keluarga
 - D idola
9. Apakah peranan agen sosialisasi kepada seseorang dalam aktiviti sukan?
- A Menaja pakaian sukan
 - B Menaja biasiswa pendidikan
 - C Menyediakan kemudahan alatan sukan
 - D Memperkenalkan dan mengajar kemahiran sesuatu permainan
10. Ciri-ciri pakaian sukan yang dipakai semasa cuaca panas ialah
- I Baju lengan panjang
 - II Penyerap haba yang baik
 - III Berwarna cerah
 - IV Pakaian jenis nipis, lembut dan selesa dipakai
- A I dan II
 - B II dan III
 - C III dan IV
 - D I dan IV
11. Nicol Ann David menjadi idola kepada peminatnya kerana

- A mempunyai tingkah laku yang buruk
- B mempunyai semangat kesukanan yang tinggi
- C memberi imej yang negatif kepada orang ramai
- D mementingkan aktiviti sukan berbanding pelajaran

12. Antara berikut yang manakah menunjukkan amalan permainan bersih dikalangan atlet?

- A Menghormati perasaan penyokong lawan
- B Mempertikaikan keputusan pengadil
- C Mematuhi undang-undang dan peraturan permainan
- D Mengambil tindakan ke atas peserta yang bermain kasar

13.

▪ mematuhi peraturan tempat pertandingan ▪ menghormati perasaan penyokong lawan ▪ menjaga kebersihan tempat pertandingan
--

Penyataan di atas
berkaitan dengan etika

- A pemain
- B penonton
- C pengadil
- D penjaga masa