



ULANGAN HARIAN BOLA BASKET KELAS IX

Nama:

Kelas :

Mapel

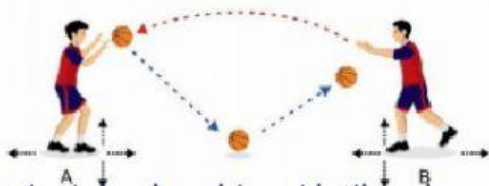
PJOK

Guru :

Ahmad Saepi, S.Pd.

Pilihlah satu jawaban yang paling tepat !!!

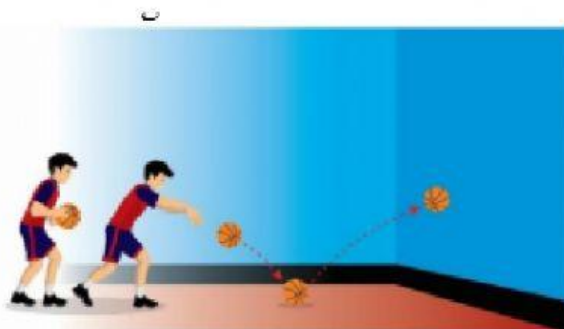
1. Perhatikan gambar berikut ini !



Variasi dan kombinasi latihan berpasangan pada gambar di atas adalah

- A. Lempar tangkap bola lurus dan bola pantul bergerak maju, mundur, kanan, kiri.
- B. Lempar tangkap bola lurus dan bola atas kepala bergerak maju, mundur, kanan, kiri
- C. Lempar tangkap bola lurus menggunakan dua tangan maju, mundur, kanan, kiri
- D. Lempar tangkap bola lurus menggunakan satu tangan maju, mundur, kanan, kiri

2. Perhatikan gambar berikut ini !



Saat melempar bola ke dinding kaki kanan maju kedepan, saat menangkap bola....

- A. Kaki kanan tetap di tempat
- B. Kaki kanan mundur ke belakang
- C. Kaki kiri mundur ke belakang
- D. Kaki kiri maju kedepan

3. Perhatikan pernyataan berikut

- 1. Melempar bola pantul di depan dada
- 2. Menangkap bola dengan dua tangan di atas kepala
- 3. Menangkap bola pantul dengan dua tangan
- 4. Menangkap bola sambil melangkah
- 5. Melempar bola dengan dua tangan depan dada
- 6. Melempar bola dengan dua tangan di atas kepala

Termasuk dalam variasi gerak spesifik menangkap bola dalam permainan bola basket ditunjukkan nomor

- A. 1; 2; 3
- B. 2; 3; 4
- C. 3; 4; 5
- D. 4; 5; 6

4. Manakah pernyataan di bawah ini yang merupakan variasi gerak passing?

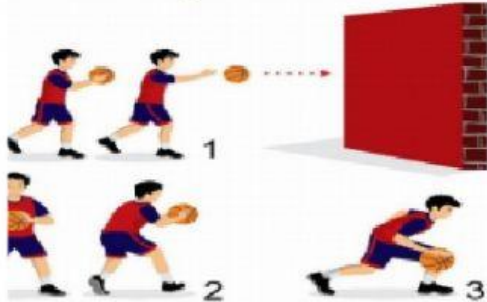
- A. Passing dengan tertelungkup
- B. Passing satu tangan
- C. Passing dengan bola dibawa berlari
- D. Passing dengan bola dibawa berjalan

5. Perhatikan narasi berikut Anwar siswa kelas IX di SMP ia seorang pemain bola basket, tinggi Anwar 180 cm, dalam sebuah pertandingan Anwar satu tim dengan Boy; Ciko; Deka dan Egy, tim anwar memasukkan bola, Ciko melempar chest pass bola dari luar garis belakang ke arah Anwar, Anwar menangkap bola lalu mendribling bola di tempat dengan memantulkan bola melewati selangka lalu dengan gerakan tiba tiba melakukan chest pas ke arah Boy, dan Boy menangkap bola dengan satu tangan dan melakukan bounce pass ke arah Diko, Diko melakukan lay up yang sangat baik ke arah ring lawan dan bola masuk, point berubah menjadi 8 untuk tim Anwar dan 3 untuk tim lawan

Berdasarkan narasi di atas pemain yang melakukan variasi dan kombinasi melempar dan menangkap bola adalah

- A. Anwar
- B. Boy
- C. Ciko
- D. Deka

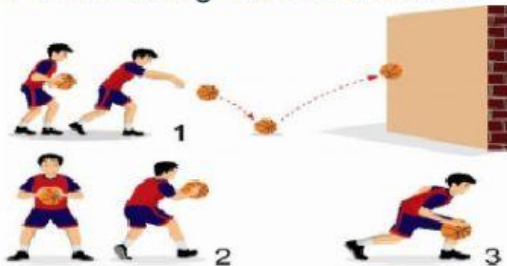
6. Perhatikan gambar berikut ini



Variasi dan kombinasi latihan pada gambar di atas adalah

- A. Lempar tangkap bola lurus, pivot dan dribbling rendah.
- B. Lempar tangkap bola lurus, pivot dan dribbling tinggi.
- C. Lempar tangkap bola pantul, pivot dan dribbling rendah.
- D. Lempar tangkap bola pantul, pivot dan dribbling tinggi.

7. Perhatikan gambar berikut ini



Mengapa setelah melakukan lempar tangkap dilanjutkan dengan pivot, tidak langsung dribbling?

- A. Menghindari tabrak dinding.
- B. Gerakan jauh lebih nyaman.
- C. Ada waktu jeda saat pergantian gerak.
- D. Lebih banyak variasi gerak.

8. Perhatikan pernyataan berikut

1. Melempar bola pantul di depan dada dan dribbling bola rendah
2. Menangkap bola dengan dua tangan di atas kepala dan dribbling bola rendah
3. Menangkap bola pantul dengan dua tangan dan dribbling bola rendah
4. Menangkap bola sambil melangkah dan dribbling bola rendah
5. Melempar bola dengan dua tangan depan dada dan dribbling bola rendah
6. Melempar bola dengan dua tangan di atas kepala dan dribbling bola rendah

Termasuk dalam variasi dan kombinasi gerak spesifik menangkap dan menggiring bola dalam permainan bola basket ditunjukkan nomor

- A. 1; 2; 3
 - B. 2; 3; 4
 - C. 3; 4; 5
 - D. 4; 5; 6
9. Manakah pernyataan di bawah ini yang merupakan variasi gerak dribbling?
- A. Dribbling dengan dua tangan
 - B. Dribbling tangkap, dribbling tangkap
 - C. Dribbling zigzag
 - D. Dribbling di atas kepala

10. Perhatikan narasi berikut Anwar siswa kelas IX di SMP ia seorang pemain bola basket, tinggi Anwar 180 cm, dalam sebuah pertandingan Anwar satu tim dengan Boy; Ciko; Deka dan Egy, tim anwar kemasukan bola, Ciko melempar chest pass bola dari luar garis belakang ke arah Anwar, Anwar menangkap bola lalu mendribbling bola di tempat dengan memantulkan bola melewati selangka lalu dengan gerakan tiba tiba melakukan chest paske arah Boy, dan Boy menangkap bola dengan satu tangan dan melakukan bounce passke arah Diko, Diko melakukan lay up yang sangat baik ke arah ring lawan dan bola masuk , point berubah menjadi 8 untuk tim Anwar dan 3 untuk tim lawan. Berdasarkan narasi atas pemain yang melakukan variasi dan kombinasi melempar, menangkap dan menggiring bola adalah

- A. Anwar
- B. Boy
- C. Ciko
- D. Deka

Selamat Belajar

