



YAYASAN



MALAYSIA
CRICKET

CRICKET ADIWIRA

SESI 3 – MEMADANG (MELEMPAR & MENJAGA WIKET)

DENGAN KERJASAMA:



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA



MALAYSIAN CRICKET ASSOCIATION



MALAYSIACRICKET



03-8070 8079



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



©Malaysian
Cricket Association
2020



OBJEKTIF PEMBELAJARAN

Penerangan dan demonstrasi kemahiran asas melempar bola untuk mengeluarkan pemukul atau menghalang pemukul dari melakukan larian.

KRITERIA PENCAPAIAN

- ✓ Saya boleh melempar bola dengan pelbagai cara dan tepat ke sasaran
- ✓ Saya boleh memberi INSPIRASI kepada pemain lain dengan saling hormat-menghormati semasa bermain



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



BERSEKUTUAN BERKESEKUTUAN



VIDEO SESI MEMANASKAN BADAN

MEMADANG (FIELDING)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

©Malaysian
Cricket Association
2020



MEMADANG / FIELDING



TUJUAN MEMADANG :

1. MENGELUARKAN PEMUKUL
2. MENGHADKAN JUMLAH LARIAN PASUKAN PEMUKUL
3. MENGEMBALIKAN BOLA KEPADA PENJAGA WIKET ATAU PEMBALING AGAR PERMAINAN DAPAT DITERUSKAN

PASUKAN AKAN MASUK MEMADANG APABILA :

1. SELEPAS UNDIAN, SEKIRANYA PASUKAN LAWAN MEMILIH UNTUK MEMUKUL; ATAU
2. SELEPAS PIHAK LAWAN MENAMATKAN INNINGS PERTAMA MEMADANG



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



MEMADANG / FIELDING MELEMPAR (THROWING)



LEMPAR BAWAH



KEDUDUKAN HENDAKLAH
MENGHADAP KE ARAH
SASARAN.



HAYUNKAN KEDUA-
DUA TANGAN DARI
ARAH YANG
BERLAWANAN



MELEMPAR KE ARAH SASARAN

**TIPS - SENTIASA LIHAT SASARAN*

Sesuai untuk melempar bola pada jarak dekat



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LEMPAR BAWAH

MEMADANG / FIELDING MELEMPAR (THROWING)

LEMPAR ATAS



- BERDIRI SECARA MENGIRING DENGAN KEDUDUKAN BAHU HADAPAN HENDAKLAH MENGHADAP KE ARAH SASARAN
- DEPAKAN KEDUA-DUA LENGAN KE PARAS BAHU SEPERTI HELANG MELEBARKAN SAYAPNYA



HAYUNKAN KEDUA-DUA TANGAN KE ARAH YANG BERLAWANAN SAMPIL MEMUTARKAN PINGGUL



LEMPAR KE ARAH SASARAN

**TIP – SENTIASA LIHAT SASARAN*

Sesuai untuk melempar bola pada jarak jauh



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948

Sime
Darby

YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LEMPAR ATAS

REFLEKSI KEMAHIRAN LEMPAR BAWAH DAN LEMPAR ATAS



1. PELAJAR PERLU MEMBUAT DEMONSTRASI DARI LANGKAH PERTAMA HINGGA LANGKAH TERAKHIR (3 LANGKAH) BAGI KEDUA-DUA KEMAHIRAN MENGIKUT TURUTAN.
2. JURULATIH PERLU MEMASTIKAN PELAJAR MEMBUAT DEMONSTRASI UNTUK SEMUA JENIS LANGKAH DALAM KEDUA-DUA KEMAHIRAN.
3. JURULATIH HARUS MEMANTAU SETIAP PELAJAR UNTUK SETIAP LANGKAH SUPAYA KEDUA-DUA KEMAHIRAN MELEMPAR INI DAPAT DIAPLIKASI OLEH PELAJAR.
4. PELAJAR HANYA PERLU MEMBUAT AKSI BAYANGAN (SHADOW) SAHAJA UNTUK SEMUA LANGKAH
5. PELAJAR BOLEH MENGGUNAKAN PERALATAN ALTERNATIF SEKIRANYA TIDAK MEMPUNYAI PERALATAN YANG SEBENAR



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



MEMADANG / FIELDING MENJAGA WIKET (WICKET KEEPING)



- Kedudukan badan seperti mencangkung dan menghadap pembaling
- Jarak antara dua kaki seluas bahu
- Kedudukan di sebelah posisi 'off' pemukul untuk memudahkan melihat pergerakan bola

Berdiri seiring dengan lantunan bola dan bersedia untuk menangkap bola



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948

Sime
Darby

YAYASAN



ASSOCIATION OF MALAYSIAN CRICKET PLAYERS

©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN MENJAGA WIKET

REFLEKSI KEMAHIRAN MENJAGA WIKET



1. PELAJAR PERLU MEMBUAT DEMONSTRASI DARI LANGKAH PERTAMA HINGGA LANGKAH TERAKHIR MENGIKUT TURUTAN.
1. JURULATIH PERLU MEMASTIKAN PELAJAR MEMBUAT DEMONSTRASI UNTUK SEMUA JENIS LANGKAH DALAM KEMAHIRAN MENJAGA WIKET.
1. JURULATIH HARUS MEMANTAU SETIAP PELAJAR UNTUK SETIAP LANGKAH SUPAYA KEMAHIRAN MENJAGA WIKET INI DAPAT DIAPLIKASI OLEH PELAJAR.
1. PELAJAR HANYA PERLU MEMBUAT AKSI BAYANGAN (SHADOW) SAHAJA UNTUK SEMUA LANGKAH
1. PELAJAR BOLEH MENGGUNAKAN PERALATAN ALTERNATIF SEKIRANYA TIDAK MEMPUNYAI PERALATAN YANG SEBENAR



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



ASSOCIATION OF MALAYSIAN CRICKET PLAYERS



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



KESEKUTUPAN MALAYSIA

VIDEO PENUH KEMAHIRAN MELEMPAR & MENJAGA WIKET



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



©Malaysian
Cricket Association
2020

LINK GOOGLE FORM UNTUK KERJA RUMAH



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN PERSEKUTUAN PERSEKUTUAN PERSEKUTUAN PERSEKUTUAN

©Malaysian
Cricket Association
2020

Copyright © 2020 by Malaysian Cricket Association

All right reserved. No part of this program may be reproduced or used in any manner without written permission of the copyright owner.