



YAYASAN



MALAYSIA
CRICKET

CRICKET ADIWIRA

SESI 5 – MEMUKUL (BATTING)

DENGAN KERJASAMA:



KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA



MALYSIAN CRICKET ASSOCIATION



MALYSIACRICKET



03-8070 8079



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



ASSOCIATION OF MALAYSIAN CRICKET PLAYERS

©Malaysian
Cricket Association
2020



OBJEKTIF PEMBELAJARAN

Penerangan dan demonstrasi kemahiran asas memukul dan melakukan larian antara wicket.

KRITERIA PENCAPAIAN

- ✓ Saya boleh melakukan aksi memukul secara bayangan
- ✓ Saya boleh melakukan larian antara wicket
- ✓ Saya boleh memberi **INSPIRASI** kepada pemain lain dengan saling hormat-menghormati semasa bermain



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



BERSEKUTUAN BERKESEKUTUAN DAN BERKESEKUTUAN



VIDEO SESI MEMANASKAN BADAN

©Malaysian
Cricket Association
2020

MEMUKUL (BATTING)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN KRIAKAT MALAYSIA

©Malaysian
Cricket Association
2020

MEMUKUL (BATTING)



TUJUAN MEMUKUL :

1. MEMUKUL BOLA BAGI MEMBOLEHKAN LARIAN ANTARA WIKET DILAKUKAN BAGI MENDAPATKAN MATA LARIAN

PASUKAN AKAN MASUK MEMUKUL APABILA :

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



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



MEMUKUL (BATTING)

GENGGAMAN BENTUK V



Teknik asas genggam tangan bentuk 'V' adalah posisi tangan sebelum memegang kayu pemukul (bat)



1. Genggam tangan bentuk 'V' dilakukan dengan membentuk huruf 'V' oleh kedua-dua belah tapak tangan
2. Bentuk 'V' ditentukan oleh ibu jari dan jari telunjuk kedua-dua tangan
3. Tapak tangan dominan berada di bahagian atas



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



ASSOCIATION OF MALAYSIAN CRICKET PLAYERS

©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN GENGGAMAN BENTUK 'V'

MEMUKUL (BATTING) KEDUDUKAN GENGAMAN



Teknik asas kedudukan gengaman adalah cara memegang kayu pemukul (bat)



Kedua tangan yang membentuk huruf 'V' diturunkan menghadap ke bawah (ke arah pemegang kayu pemukul (handle))



Pegang atau genggam pemegang kayu pemukul (handle)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



ASSOCIATION OF MALAYSIAN CRICKET PLAYERS

©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN KEDUDUKAN GENGAMAN

MEMUKUL (BATTING) CARA BERDIRI (STANCE)

Teknik asas berdiri sisi (stance) adalah cara berdiri untuk menghadap balingan



Tangan yang membentuk huruf 'V' diletakkan pada pemegang kayu pemukul (handle)



- Kaki yang dominan berada di dalam garisan pemukul dan berada lebih dekat dengan wicket
- Kaki kiri berada di luar garisan pemukul. Kedua-dua kaki berkedudukan selari dengan arah Pembaling
- Jarak kedua-dua kaki seluas bahu dengan lutut sedikit membengkok



- Tangan yang memegang kayu diletakkan di pusat pemukul
- Kedudukan kayu pemukul berada di sisi bahu kanan pemukul
- Bahu kiri dan kanan selari ke arah Pembaling
- Mata perlu selari dengan permukaan padang dan menghadap ke arah Pembaling



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948

Sime
Darby

YAYASAN



©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN CARA BERDIRI SISI (STANCE)

MEMUKUL (BATTING) MELANGKAH KE ARAH BOLA



Teknik asas melangkah ke arah bola adalah ansur maju untuk melakukan pukulan



Berdiri Sisi

- Kaki serta bahu kiri seiring bergerak berhampiran lantunan bola
- Pergelangan tangan yang memegang kayu pemukul bergerak ke sisi kanan pemukul



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 MELANGKAH KE ARAH BOLA

MEMUKUL (BATTING)

MEMUKUL

Teknik asas untuk melakukan pukulan



Gerakkan kepala bersama-sama bahu ke arah bola



Hayun kayu pemukul dari sisi kanan secara lurus ke bawah berdekatan lantunan bola



Ikut lajak



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948

Sime
Darby

YAYASAN



©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN MEMUKUL



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO PENUH KEMAHIRAN MEMUKUL

©Malaysian
Cricket Association
2020

REFLEKSI KEMAHIRAN MEMUKUL (BATTING)



1. PELAJAR PERLU MEMBUAT DEMONSTRASI DARI LANGKAH PERTAMA HINGGA LANGKAH TERAKHIR (5 LANGKAH) MENGIKUT TURUTAN.
2. JURULATIH PERLU MEMASTIKAN PELAJAR MEMBUAT DEMONSTRASI UNTUK SEMUA JENIS LANGKAH DALAM KEMAHIRAN MEMUKUL INI.
3. JURULATIH HARUS MEMANTAU SETIAP PELAJAR UNTUK SETIAP LANGKAH SUPAYA KEMAHIRAN MEMUKUL 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





MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948

Sime
Darby

YAYASAN



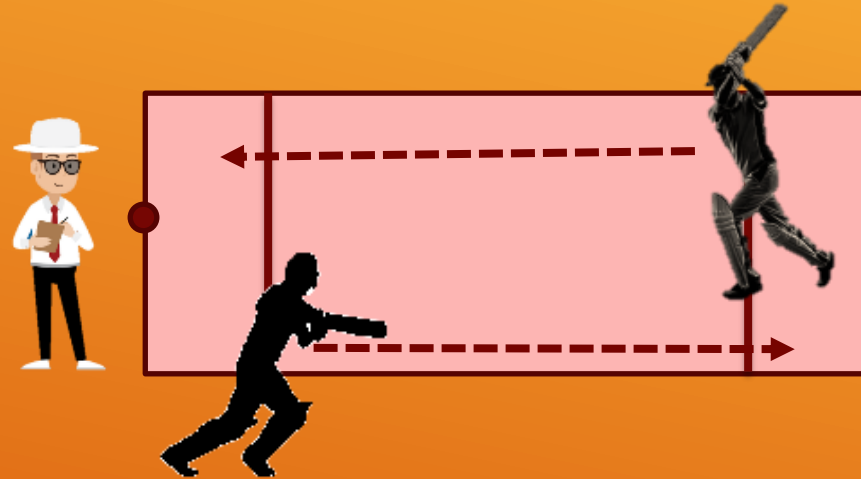
PERSEKUTUAN MALAYSIA

©Malaysian
Cricket Association
2020



LARI ANTARA WIKET (RUNNING BETWEEN WICKET)

OFF SIDE



LEG SIDE

“SATU (1) LARIAN DIJANA SELEPAS KEDUA-DUA PEMUKUL BERLARI SECARA SILANG ANTARA SATU SAMA LAIN MENYEBERANGI GARISAN HADAPAN”





MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



ASSOCIATION OF PROFESSIONAL CRICKETERS MALAYSIA

©Malaysian
Cricket Association
2020

LARI ANTARA WIKET (RUNNING BETWEEN WICKET)





MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LARIAN ANTARA WIKET (1 LARIAN)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN PERKREANDUKRAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LARIAN ANTARA WIKET (2 LARIAN)

©Malaysian
Cricket Association
2020



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LARIAN ANTARA WIKET (3 LARIAN)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO KEMAHIRAN LARIAN ANTARA WIKET (6 LARIAN)



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

VIDEO PENUH KEMAHIRAN MEMUKUL & LARIAN ANTARA WIKET



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



PERSEKUTUAN MALAYSIA

LINK GOOGLE FORM UNTUK KERJA RUMAH



MALAYSIA
CRICKET

Sole National
Governing Body
Est. 1948



YAYASAN



©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.