

Teknologi Visual Skill Card System sebagai Inovasi Pembinaan Keterampilan Dasar Bola Basket Usia Dini

I Putu Agus Dharma Hita

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha

E-mail: agus.dharma@undiksha.ac.id

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4548>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 23 Nov 2025

Revised: 05 Dec 2025

Accepted: 24 Dec 2025

Kata Kunci

keterampilan visual, kartu keterampilan, bola basket usia dini

Keywords

visual skills, skill cards, youth basketball



ABSTRACT

Pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini memerlukan pendekatan pembelajaran yang inovatif, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Anak usia dini berada pada fase belajar konkret dan visual, sehingga membutuhkan media pembelajaran yang mampu mengintegrasikan aspek motorik, kognitif, dan perseptual secara efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam konsep *Visual Skill Card System* sebagai inovasi pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini melalui metode studi literatur. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur dengan menelusuri, menyeleksi, dan menganalisis sumber-sumber ilmiah yang relevan berupa artikel jurnal dan buku akademik yang membahas keterampilan visual, media kartu keterampilan, desain tugas pembelajaran, serta pembinaan bola basket usia dini. Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan media kartu keterampilan dan stimulus visual mampu meningkatkan pemahaman gerak, keterampilan visual-perseptual, serta efektivitas pembelajaran keterampilan dasar bola basket. Selain itu, keterampilan visual terbukti berperan penting dalam kualitas pengambilan keputusan dan performa bermain pada atlet muda. Integrasi media visual dengan desain tugas pembelajaran yang sistematis juga mendukung pembelajaran yang menyenangkan, terstruktur, dan sesuai dengan prinsip perkembangan anak. Berdasarkan hasil sintesis literatur, *Visual Skill Card System* dipandang memiliki potensi sebagai pendekatan pembinaan yang holistik dengan menggabungkan latihan visual, keterampilan teknis, dan pemahaman permainan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar konseptual bagi pengembangan model pembelajaran dan penelitian empiris selanjutnya dalam pembinaan bola basket usia dini.

The development of fundamental basketball skills in early childhood requires innovative, contextual, and developmentally appropriate learning approaches. Children at an early age are in a concrete and visual learning phase, which necessitates instructional media that effectively integrate motor, cognitive, and perceptual aspects. This study aims to comprehensively examine the concept of the Visual Skill Card System as an innovation for developing fundamental basketball skills in early childhood through a literature study method. The research employed a literature review approach by identifying, selecting, and analyzing relevant scientific sources, including journal articles and academic books related to visual skills, skill card media, instructional task design, and youth basketball development. The findings indicate that the use of skill cards and visual stimuli enhances movement understanding, visual-perceptual skills, and the effectiveness of learning fundamental basketball skills. Moreover, visual skills play a crucial role in decision-making quality and game performance among young athletes. The integration of visual media with systematic instructional task design also supports enjoyable, structured learning that aligns with children's developmental characteristics. Based on the synthesis of the literature, the Visual Skill Card System is considered to have strong potential as a holistic developmental approach that combines visual training, technical skills, and game understanding. This study is expected to provide a conceptual foundation for the development of instructional models and future empirical research in early childhood basketball development.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: I Putu Agus Dharma Hita (2025). Teknologi Visual Skill Card System sebagai Inovasi Pembinaan Keterampilan Dasar Bola Basket Usia Dini, 4(3) 14761-14766. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.4548>

PENDAHULUAN

Pembinaan olahraga usia dini, khususnya pada cabang bola basket, merupakan fondasi penting dalam proses pembentukan keterampilan gerak, pemahaman permainan, serta kesiapan atlet menuju tahap pengembangan yang lebih tinggi. Pada fase usia dini, anak berada pada periode emas (golden age) perkembangan motorik dan kognitif, sehingga pendekatan pembelajaran harus disesuaikan dengan karakteristik perkembangan tersebut. Keterampilan dasar bola basket seperti dribbling, passing, dan shooting tidak hanya menuntut penguasaan gerak, tetapi juga kemampuan perseptual dan pengambilan keputusan yang melibatkan proses visual, atensi, dan koordinasi motorik. Oleh karena itu, pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini memerlukan inovasi pembelajaran yang bersifat konkret, menarik, dan mampu mengintegrasikan aspek motorik serta kognitif secara seimbang.

Pendekatan pembelajaran keterampilan olahraga pada anak sebaiknya dirancang dalam bentuk tugas-tugas instruksional yang jelas, terstruktur, dan sesuai dengan tingkat perkembangan peserta didik. Griffey dan Housner (2007) menegaskan bahwa desain tugas pembelajaran yang efektif dalam pendidikan jasmani harus mampu menyederhanakan kompleksitas gerak, memberikan stimulus visual yang jelas, serta mendorong keterlibatan aktif peserta didik. Dalam konteks bola basket usia dini, pendekatan yang bersifat bermain (fun-based) dan visual sangat dianjurkan agar anak mampu memahami konsep gerak tanpa mengalami beban kognitif yang berlebihan. Sejalan dengan hal tersebut, Prusak (2005) menekankan pentingnya aktivitas berbasis permainan yang dirancang khusus untuk anak, guna meningkatkan motivasi sekaligus keterampilan teknis dasar bola basket.

Seiring perkembangan ilmu kepelatihan dan pedagogi olahraga, pembelajaran bola basket tidak lagi hanya berfokus pada penguasaan teknik secara mekanis, tetapi juga pada pengembangan pemahaman permainan dan kemampuan pengambilan keputusan. Pendekatan taktis dalam pembelajaran olahraga, seperti yang dikemukakan oleh Mitchell, Oslin, dan Griffin (2020), menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif yang belajar melalui situasi permainan yang dimodifikasi. Namun demikian, pada usia dini, pendekatan taktis tetap membutuhkan media pendukung yang konkret dan mudah dipahami agar konsep permainan dapat diterjemahkan ke dalam tindakan motorik yang tepat.

Dalam konteks pembelajaran berbasis visual, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kemampuan visual memiliki peran penting dalam performa bola basket. Quintana, Román, dan Calvo (2007) menemukan bahwa pemain basket muda dengan tingkat keterampilan tinggi memiliki kemampuan visual-perseptual yang lebih baik dibandingkan pemain dengan keterampilan lebih rendah. Selain itu, Krzepota dan Zwierko (2015) membuktikan bahwa program latihan visual mampu meningkatkan performa pencarian visual (visual search), yang berimplikasi langsung pada efektivitas pengambilan keputusan dalam olahraga. Penelitian lain oleh Tanir dan Erkut (2018) juga menunjukkan bahwa pembelajaran bola basket yang mengintegrasikan ritme dan perhatian visual dapat meningkatkan kemampuan atensi visual serta keterampilan lay-up pada anak usia sekolah dasar. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa aspek visual merupakan komponen penting yang perlu diintegrasikan dalam pembinaan keterampilan dasar bola basket sejak usia dini.

Penggunaan media visual dalam pembelajaran bola basket telah mulai dikembangkan dalam berbagai bentuk, salah satunya melalui kartu bergambar (picture cards). Ali (2017) mengembangkan program pembelajaran menggunakan skilled motor cards untuk meningkatkan keterampilan motorik dasar dan keterampilan menyerang bola basket pada pemula, dan hasilnya menunjukkan peningkatan yang signifikan. Di Indonesia, penelitian oleh Hita dan Hardianty (2023) juga menunjukkan bahwa penggunaan media kartu bergambar mampu meningkatkan keterampilan bola basket siswa sekolah dasar. Media visual semacam ini membantu anak memahami urutan gerak, posisi tubuh, dan tujuan gerakan secara lebih konkret, sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan menyenangkan.

Di sisi lain, pengembangan keterampilan olahraga pada anak tidak dapat dilepaskan dari integrasi berbagai komponen fisik dan sensorimotor lainnya. Zacharakis, Bourdas, dan Kotsifa (2020) menunjukkan bahwa latihan keseimbangan dan proprioseptif berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan teknis bola basket pada pemain usia muda. Hal ini menguatkan pandangan bahwa

pembinaan keterampilan bola basket usia dini harus bersifat holistik, mencakup aspek visual, motorik, keseimbangan, dan koordinasi. Dengan demikian, inovasi pembelajaran yang mampu menggabungkan stimulus visual dengan aktivitas motorik menjadi sangat relevan untuk diterapkan pada tahap pembinaan awal.

Berdasarkan kajian literatur tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun berbagai penelitian telah membahas penggunaan kartu keterampilan motorik, pelatihan visual, serta media kartu bergambar dalam pembelajaran bola basket, sebagian besar penelitian masih memandang aspek-aspek tersebut secara terpisah. Research gap dalam penelitian ini terletak pada belum adanya kajian literatur yang secara komprehensif mengintegrasikan konsep pelatihan keterampilan visual (*visual skills training*) dengan media kartu keterampilan (*skill cards*) dalam satu sistem pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini. Oleh karena itu, novelty dari penelitian ini adalah menawarkan konsep *Visual Skill Card System* sebagai sebuah inovasi pembinaan yang mengintegrasikan stimulus visual, desain tugas pembelajaran, dan pengembangan keterampilan dasar bola basket secara sistematis dan berbasis karakteristik anak usia dini. Penelitian studi literatur ini diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi pengembangan model pembelajaran dan media inovatif dalam pembinaan bola basket usia dini, baik di lingkungan sekolah maupun klub olahraga.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan tujuan untuk mengkaji, menganalisis, dan mensintesis berbagai temuan ilmiah yang relevan dengan pemanfaatan teknologi visual, pelatihan keterampilan visual, dan penggunaan media kartu keterampilan dalam pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini. Tahapan penelitian dilaksanakan secara sistematis sebagai berikut.

1. Penentuan Fokus dan Rumusan Kajian

Tahap awal penelitian dilakukan dengan menetapkan fokus kajian, yaitu konsep *Visual Skill Card System* sebagai inovasi pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini. Fokus kajian diarahkan pada keterkaitan antara keterampilan visual, desain tugas pembelajaran, media kartu keterampilan, dan perkembangan keterampilan dasar bola basket pada anak.

2. Penelusuran Sumber Literatur

Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data ilmiah yang kredibel seperti Google Scholar dan portal jurnal internasional. Kata kunci yang digunakan meliputi *visual skills training*, *skill cards*, *basketball fundamental skills*, *youth basketball*, dan *visual learning media*. Literatur yang ditelusuri berupa artikel jurnal bereputasi, buku akademik, dan prosiding yang relevan dengan topik penelitian.

3. Seleksi dan Kriteria Literatur

Literatur yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi, yaitu relevansi dengan pembinaan bola basket usia dini, pembahasan keterampilan visual atau media visual, serta kejelasan metode dan temuan penelitian. Literatur yang tidak sesuai dengan fokus kajian atau tidak memiliki kontribusi konseptual terhadap topik penelitian dieliminasi.

4. Analisis dan Klasifikasi Literatur

Literatur terpilih dianalisis secara mendalam dengan mengelompokkan temuan ke dalam beberapa tema utama, meliputi pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini, peran keterampilan visual dalam performa olahraga, penggunaan media kartu atau media visual dalam pembelajaran, serta desain tugas pembelajaran dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

5. Sintesis dan Integrasi Temuan

Hasil analisis kemudian disintesis dengan mengintegrasikan berbagai konsep dan temuan penelitian untuk membangun kerangka konseptual *Visual Skill Card System*. Pada tahap ini dilakukan penarikan hubungan antartemuan untuk memperkuat argumentasi teoretis mengenai potensi sistem tersebut sebagai inovasi pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini.

6. Penarikan Kesimpulan Konseptual

Tahap akhir penelitian dilakukan dengan merumuskan kesimpulan berdasarkan hasil sintesis literatur, sekaligus mengidentifikasi *research gap* dan *novelty* penelitian. Kesimpulan ini digunakan sebagai dasar rekomendasi pengembangan model pembelajaran dan penelitian lanjutan terkait *Visual Skill Card System* dalam pembinaan bola basket usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis terhadap lima penelitian utama yang relevan, diperoleh temuan-temuan sebagai berikut.

1. Ali (2017)

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan *skilled motor cards* dalam program pembelajaran bola basket secara signifikan mampu meningkatkan keterampilan motorik dasar dan keterampilan menyerang pada peserta pemula. Kartu keterampilan berfungsi sebagai panduan visual yang membantu anak memahami urutan gerak dan tujuan gerakan, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan terstruktur.

2. Gil-Arias, Garcia-Gonzalez, dan Alvarez (2019)

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa program latihan berbasis pengambilan keputusan dan stimulus visual berkontribusi positif terhadap pengembangan keahlian bermain bola basket pada atlet usia muda. Latihan yang dirancang dengan pendekatan visual dan situasional mampu meningkatkan pemahaman permainan serta kualitas keputusan dalam konteks permainan nyata.

3. Krzepota dan Zwierko (2015)

Penelitian ini menemukan bahwa program latihan keterampilan visual secara signifikan meningkatkan kemampuan *visual search performance*. Peningkatan kemampuan visual ini berdampak pada kecepatan dan ketepatan respons motorik, yang sangat penting dalam olahraga permainan seperti bola basket, khususnya pada tahap pembelajaran keterampilan dasar.

4. Quintana, Román, dan Calvo (2007)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemain bola basket muda dengan tingkat keterampilan tinggi memiliki kemampuan visual-perseptual yang lebih baik dibandingkan pemain dengan tingkat keterampilan lebih rendah. Temuan ini menegaskan bahwa keterampilan visual merupakan faktor penting yang membedakan kualitas performa pemain muda dan perlu dilatih sejak usia dini.

5. Hita dan Hardianty (2023)

Penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan media kartu bergambar dalam pembelajaran bola basket di sekolah dasar mampu meningkatkan keterampilan bermain siswa secara signifikan. Media visual membantu siswa memahami teknik dasar secara konkret, meningkatkan fokus, serta mempermudah proses pembelajaran keterampilan bola basket.

Pembahasan

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini tidak dapat dipisahkan dari karakteristik perkembangan anak yang masih berada pada tahap belajar konkret dan visual. Pada fase ini, anak cenderung lebih mudah memahami informasi yang disajikan secara visual dibandingkan instruksi verbal semata. Temuan Ali (2017) dan Hita dan Hardianty (2023) menegaskan bahwa penggunaan media kartu keterampilan atau kartu bergambar mampu membantu anak memahami urutan gerak, posisi tubuh, serta tujuan gerakan secara lebih jelas. Media visual tersebut berfungsi sebagai jembatan antara konsep abstrak keterampilan bola basket dengan praktik gerak yang dilakukan anak, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan terarah.

Lebih lanjut, efektivitas media visual dalam pembelajaran bola basket usia dini tidak hanya terletak pada aspek representasi gerak, tetapi juga pada kemampuannya dalam merangsang keterampilan visual dan atensi anak. Krzepota dan Zwierko (2015) membuktikan bahwa latihan keterampilan visual dapat meningkatkan kemampuan *visual search*, yang berkaitan langsung dengan kecepatan mengenali stimulus dan ketepatan respons motorik. Dalam konteks bola basket, kemampuan ini sangat penting karena permainan menuntut pemain untuk terus memantau bola, rekan setim, dan lawan secara simultan. Dengan demikian, integrasi latihan keterampilan visual ke dalam pembinaan dasar bola basket sejak usia dini menjadi langkah strategis untuk membangun fondasi performa jangka panjang.

Kemampuan visual-perseptual juga terbukti menjadi faktor pembeda antara pemain muda dengan tingkat keterampilan yang berbeda. Quintana, Román, dan Calvo (2007) menunjukkan bahwa pemain muda dengan tingkat keahlian tinggi memiliki kemampuan visual-perseptual yang lebih baik dibandingkan pemain dengan keterampilan lebih rendah. Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa keterampilan visual bukan sekadar pelengkap, melainkan komponen inti dalam performa bola basket. Oleh karena itu, pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini seharusnya tidak hanya berfokus pada pengulangan teknik, tetapi juga pada pengembangan sistem visual yang mendukung kualitas gerak dan pengambilan keputusan.

Selain aspek visual, desain pembelajaran dan tugas instruksional juga memiliki peran penting dalam efektivitas pembinaan keterampilan dasar. Griffey dan Housner (2007) menekankan bahwa tugas pembelajaran yang dirancang dengan baik harus mempertimbangkan kejelasan tujuan, tingkat kesulitan, serta kesesuaian dengan kemampuan peserta didik. Media kartu keterampilan yang disajikan secara sistematis memungkinkan pelatih atau guru menyusun tugas pembelajaran secara bertahap, dari keterampilan paling sederhana hingga yang lebih kompleks. Pendekatan ini selaras dengan prinsip pembelajaran motorik anak, di mana penguasaan gerak dasar menjadi prasyarat bagi keterampilan yang lebih spesifik.

Dalam konteks pengembangan pemahaman permainan, pendekatan pembelajaran modern menekankan pentingnya integrasi antara keterampilan teknis dan pengambilan keputusan. Gil-Arias, Garcia-Gonzalez, dan Alvarez (2019) menunjukkan bahwa latihan berbasis keputusan dengan stimulus visual mampu meningkatkan keahlian bermain bola basket pada atlet muda. Hal ini sejalan dengan pendekatan *Teaching Games for Understanding* yang dikemukakan oleh Mitchell, Oslin, dan Griffin (2020), di mana peserta didik didorong untuk memahami konteks permainan melalui situasi yang dimodifikasi. Namun, pada usia dini, pendekatan ini membutuhkan media pendukung yang konkret agar anak dapat mengaitkan keputusan yang diambil dengan tindakan motorik yang tepat. Visual Skill Card System berpotensi menjawab kebutuhan tersebut dengan menyajikan informasi visual yang terstruktur dan mudah dipahami.

Aspek kesenangan dan keterlibatan anak juga menjadi faktor krusial dalam pembinaan bola basket usia dini. Prusak (2005) menekankan bahwa pembelajaran bola basket untuk anak harus dikemas dalam aktivitas yang menyenangkan dan bervariasi agar motivasi belajar tetap terjaga. Media kartu keterampilan yang bersifat visual dan interaktif dapat meningkatkan minat anak untuk berlatih, sekaligus mengurangi kejenuhan akibat latihan teknik yang bersifat repetitif. Dengan demikian, Visual Skill Card System tidak hanya berfungsi sebagai alat pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana untuk menciptakan lingkungan latihan yang positif dan berorientasi pada perkembangan anak.

Pembinaan keterampilan dasar bola basket juga perlu memperhatikan integrasi kemampuan fisik pendukung lainnya, seperti keseimbangan dan propriosepsi. Zacharakis, Bourdas, dan Kotsifa (2020) menunjukkan bahwa latihan keseimbangan dan proprioseptif berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan teknis bola basket pada pemain muda. Temuan ini mengindikasikan bahwa pembinaan yang efektif harus bersifat holistik. Visual Skill Card System dapat dikembangkan untuk memuat variasi tugas yang tidak hanya melatih teknik dasar, tetapi juga mengintegrasikan unsur keseimbangan, koordinasi, dan kontrol tubuh melalui stimulus visual yang terarah.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa integrasi antara media kartu keterampilan, pelatihan keterampilan visual, dan desain tugas pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak merupakan pendekatan yang relevan dan potensial dalam pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini. Visual Skill Card System muncul sebagai konsep inovatif yang menggabungkan temuan-temuan empiris dari berbagai penelitian menjadi satu kerangka pembinaan yang sistematis. Pendekatan ini tidak hanya mendukung peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga mengembangkan kemampuan visual, kognitif, dan motorik anak secara terpadu, sehingga selaras dengan tuntutan pembinaan bola basket modern yang berorientasi pada perkembangan jangka panjang atlet.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi literatur, dapat disimpulkan bahwa integrasi keterampilan visual dan media kartu keterampilan dalam bentuk *Visual Skill Card System* memiliki potensi besar sebagai inovasi pembinaan keterampilan dasar bola basket usia dini. Pendekatan ini mampu mendukung pengembangan keterampilan teknis, kemampuan visual-perseptual, serta pemahaman permainan secara terpadu dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan dan menguji secara empiris *Visual Skill Card System* melalui penelitian eksperimen atau pengembangan model pembelajaran agar efektivitasnya dapat dibuktikan secara langsung. Selain itu, pelatih dan guru pendidikan jasmani diharapkan dapat memanfaatkan media visual berbasis kartu sebagai alternatif inovatif dalam pembinaan bola basket usia dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, kontribusi pemikiran, dan sumber referensi sehingga penelitian studi literatur ini dapat diselesaikan dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan pembinaan bola basket usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, W. I. A. (2017). *An educational program using skilled motor cards designed to develop basic motor skills and some attacking skills in basketball for beginners*. *Assiut Journal of Sport Science and Arts*, 6(1), 45–60.
https://journals.ekb.eg/article_138833.html
- Gil-Arias, A., Garcia-Gonzalez, L., & Alvarez, F. D. V. (2019). *Developing sport expertise in youth sport: A decision training program in basketball*. *PeerJ*, 7(e7392).
<https://peerj.com/articles/7392>
- Griffey, D. C., & Housner, L. D. (2007). *Designing effective instructional tasks for physical education and sports*. *Human Kinetics*.
<https://books.google.com/books?id=hlaHJcybXHAC>
- Hita, I. P. A. D., & Hardianty, S. (2023). *Analysis of the implementation of picture card media to improve basketball skills in elementary school children*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 115–125.
<https://ejournal.lumbungpare.org/index.php/jim/article/view/109>
- Krzepota, J., & Zwierko, T. (2015). *The efficiency of a visual skills training program on visual search performance*. *Journal of Human Kinetics*, 46, 231–240.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4519214/>
- Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2020). *Teaching sport concepts and skills: A tactical games approach*. *Human Kinetics*.
<https://books.google.com/books?id=zcvrDwAAQBAJ>
- Prusak, K. A. (2005). *Basketball fun & games: 50 skill-building activities for children*. *Human Kinetics Press*.
<https://books.google.com/books?id=gGIBzPiZPZIC>
- Quintana, M. S., Román, I. R., & Calvo, A. L. (2007). *Perceptual visual skills in young highly skilled basketball players*. *Perceptual and Motor Skills*, 104(2), 547–561.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.2466/pms.104.2.547-561>
- Tanir, A., & Erkut, O. (2018). *Effect of rhythmic basketball lessons on visual attention ability and lay-up skill in school children aged 9–10*. *Universal Journal of Educational Research*, 6(8), 1645–1652.
<https://eric.ed.gov/?id=EJ1189940>
- Zacharakis, E. D., Bourdas, D. I., & Kotsifa, M. I. (2020). *Effect of balance and proprioceptive training on balancing and technical skills in 13–14-year-old youth basketball players*. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(5), 2554–2562.
<https://efsupit.ro/images/stories/septembrie2020/Art%20340.pdf>