UNIT 3.2: BOLA JARING
Kemahiran Gerak Kaki dan Menjaring

A. Kemahiran Gerak Kaki

Arahan: Isi tempat kosong dengan pilihan jawapan yang diberi. (*Rujuk buku teks ms44*)

satu setengah	menjaringkan gol	kedua-dua	menangkap	arah
mengadang	sebelah	mendarat	pengadang	*pivot*

1. Kemahiran gerak kaki dalam bola jaring adalah penting semasa pemain menerima bola sebelum dihantar cepat kepada rakan, sebelum _____, atau semasa _____ selepas _____ bola di udara.
2. Gerak kaki yang betul juga dapat membolehkan pemain menukar _____ dengan pantas agar dapat menghantar bola dengan cepat ke rakan sebelum pihak lawan dapat _____ dengan berkesan.
3. Kemahiran gerak kaki boleh dilakukan dengan mendarat menggunakan _____ belah kaki, _____ kaki atau _____ langkah setelah menangkap bola.
4. Pemain digalakkan melakukan _____ untuk menghala kea rah hantaran yang sesuai, di samping dapat mewujudkan lebih ruang yang selamat daripada _____.

B. Kemahiran Menjaring

Arahan: Isi tempat kosong dengan pilihan jawapan yang diberi. (*Rujuk buku teks ms46*)

pengadang	jarak	penjaring gol	menangkap	menjaring
bulatan gol	statik	jarak	selangkah	penyerang gol

1. Pemain haruslah menguasai kemahiran menjaring dari pelbagai _____ dalam _____.
2. Hanya pemain yang berperanan sebagai _____(GS) dan _____ (GA) dibenarkan menjaringkan gol dalam bulatan gol kawasan menyerang.
3. Faktor-faktor seperti cara _____ bola oleh penjaring, kedudukan penjaring dan _____, percubaan _____ boleh dilakukan dari mana-mana tempat dalam bulatan gol dengan menggunakan kedua-dua belah tangan atau sebelah tangan secara _____ atau gerak _____ dari pelbagai _____.

LIVEWORKSHEETS