

மென்பந்து விளையாட்டு

இணைக்கவும்.

மெதுவாக வரும்
பந்து

- பந்து வரும் திசையை நோக்கி தயார் நிலையில் இருக்கவும்.
- வேகமாக வரும் பந்தை சற்று உயரே தூக்கி அடிக்கவும்.

வேகமாக வரும்
பந்து

- பந்தை நோக்கி தயார் நிலையில் இருக்கவும்.
- ஓர் அடி முன்வைத்து மட்டையால் பந்தை அடிக்கவும்.

குதித்து வரும்
பந்து

- தயார் நிலையில் இருக்கவும்.
- சற்று முன் நோக்கி பந்தை வேகமாக அடிக்கவும்.

உடற்கல்வி ஆண்டு 6

மென்பந்து விளையாட்டு

இணைக்கவும்.



மட்டையின் முன்பகுதியில்
தடுத்தால் மிக தொலைவில்
உருண்டோடும்.



மட்டையின் நடுவில் பந்தைத்
தடுப்பதால், சற்று தொலைவில்
விழும்.



கைகளுக்கு மிக அருகில்
தடுத்தால் பந்து
விளையாட்டாளரின் அருகில்
விழும்.