

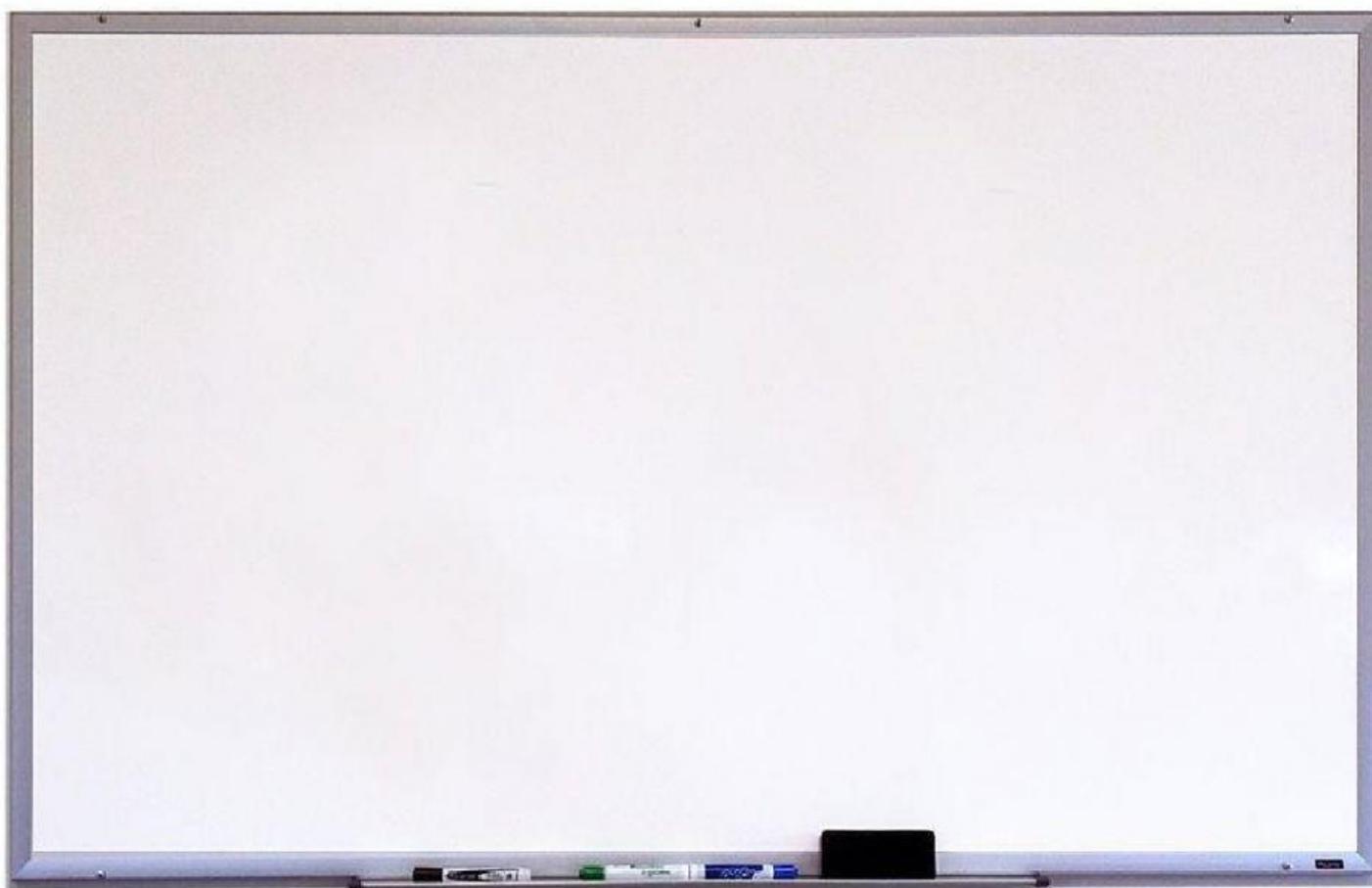
**PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 3**

**TAJUK: KEMAHIRAN MENANGKAP BOLA**

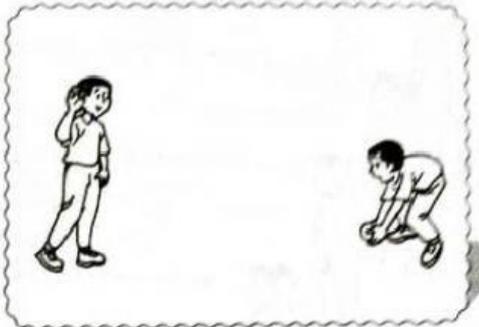
NAMA:

KELAS:

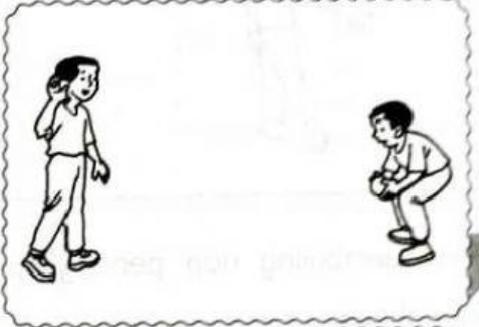
**Sila tonton video dibawah sebelum melakukan aktiviti**



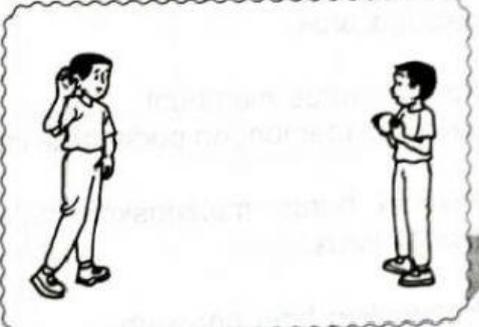
1. Padankan gambar kemahiran menangkap bola berdasarkan gambar dibawah:



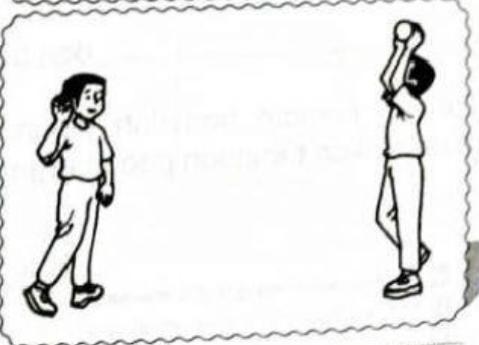
Menangkap bola aras lutut



Menangkap bola aras dada

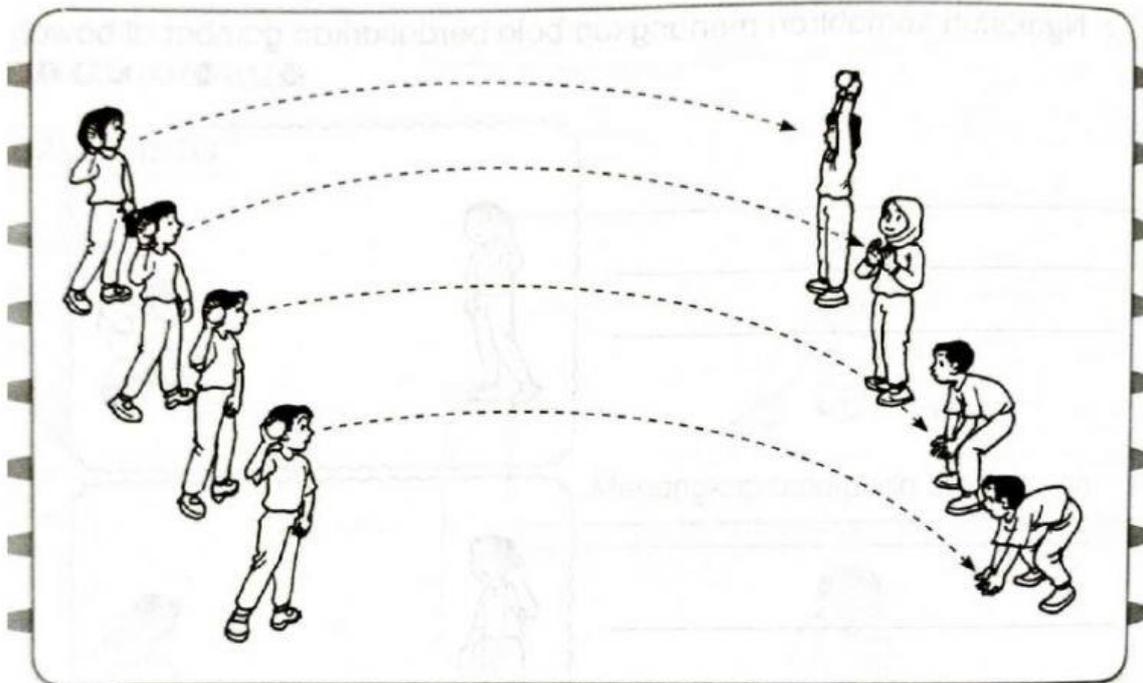


Menangkap bola aras kepala



Menangkap bola aras bawah

2. isi tempat kosong dengan jawapan yang betul.



- a) Pembaling dan penangkap bola mestilah menguasai kemahiran   
Dan  pelbagai arah.
- b) Pembaling harus membuat  kearah rakan yang berada  
Bertentangan pada jarak 5 meter.
- c) Pembaling harus melepaskan bola semasa  hamper  
lurus.
- d) Penangkap bola haruslah  seluas bahu serta  
 dan badan hendaklah ke hadapan
- e) Tangan pemain haruslah didepa ke  serta memberikan  
Tumpuan kepada pergerakan bola.