PJ 6 Pintar 26 Julai 2021

Kemahiran Mengadang

Nota

PERMAINAN KATEGORI JARING
Kemahiran Mengadang

1. **Tujuan mengadang**
   a. Mematikan bola dalam gelanggang pasukan lawan.
2. **Mengadang**
   a. Mengadang dengan badan
   b. Mengadang dengan kaki
   c. Mengadang dengan tangan
3. **Kemahiran mengadang**
   a. Memerlukan ketepatan mengagak rejaman.
   b. Melakukan lompatan tinggi untuk menghalang bola dengan pemasaan yang tepat.
4. **Permainan**
   a. Sepak takraw
   b. Bola tampar
5. **Panduan keselamatan**
   a. Pastikan kaki tidak mengenai rakan ketika mengadang bola dengan kaki.

Soalan

1.Bilakah masanya anda perlu membuat adangan dalam permainan sepak takraw dan bola tampar?

A. semasa pihak lawan membuat rejaman
B. semasa pihak lawan menerima hantaran
C. semasa pihak lawan membuat adangan

2. Dalam permainan bola tampar, sekiranya bola yang dihantar pihak lawan tidak boleh dicapai oleh tangan, bahagian apakah anda akan gunakan untuk mengadang bola tersebut?

A. tangan
B. kaki
C. badan

3. Dalam permainan takraw, berikut merupakan perkara penting perlu diberi perhatian untuk membuat adangan supaya pihak lawan tidak berjaya membuat teknik guntingan dalam takraw **kecuali.**

A. kedudukan badan
B. kekemasan jersey
C. pemasaan

LIVEWORKSHEETS

4. Pada pemasaan manakah anda rasa paling sesuai untuk mengadang semasa pihak lawan sedang membuat rejaman dalam sukan bola tampar?

A. Ketika pihak lawan sedang menghayun tangan untuk merejam
B. Ketika pihak lawan bergerak ke sasaran
C. Ketika pihak lawan sedang melompat untuk membuat rejaman

LIVEWORKSHEETS