

NAMA :

TARIKH :

SK SERI PENANTI, PULAU PINANG

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 4

UNIT 3 : JOHAN KATEGORI SERANGAN

TAJUK : JAUH DAN DEKAT

ARAHAN : ISI TEMPAT KOSONG DENGAN JAWAPAN YANG BETUL.

JAUH DAN DEKAT

Chin Foo dan rakan-rakan sedang berlatih kemahiran menghantar dan menerima bola menggunakan alatan pada pelbagai jarak. Kemahiran menghantar dan menerima bola digunakan untuk menggerakkan bola dengan pantas ke kawasan lawan.

TTIK KONTAK

Kedudukan titik [] di antara alatan dengan bola amat penting untuk memastikan [] ketinggian, arah dan kelajuan bola.

Jika rakan sepasukan saya berada [], saya mesti menolak bola dengan []

Jika rakan sepasukan berada [], saya [] bola dengan []

Saya mesti [] pada pergerakan bola supaya dapat [] bola dengan []

