

## Pendidikan Jasmani Tahun 6

Tarikh : 26 Ogos 2021

Hari : Khamis

Masa : 11.30 pagi – 12.30 tengahari

Tajuk : Aneka Sukan

Rujukan Buku Teks : Muka Surat 31(Penahan Bijak)

Arahan : *Isikan tempat kosong dengan jawapan yang betul.*

serap daya	dikawal	permukaan bet	hentaman
bet leper	bet silider		

### **Kemahiran Menahan**

1. Kemahiran menahan sangat penting kerana kehadiran bola dapat -  
\_\_\_\_\_
2. Pemukul perlu \_\_\_\_\_ semasa menahan bola yang datang dari pelbagai arah
3. Ketika kontak bola kesesuaian \_\_\_\_\_ agar mengurangkan \_\_\_\_\_ supaya bola tidak melantun jauh
4. Kemahiran menahan terbahagi kepada dua jenis iaitu \_\_\_\_\_ dan \_\_\_\_\_
5. Nyatakan jenis-jenis sukan yang mengaplikasikan kemahiran menahan ?  
\_\_\_\_\_
6. Nyatakan 3 aspek keselamatan semasa melakukan kemahiran menahan di padang ?
  - i. \_\_\_\_\_
  - ii. \_\_\_\_\_
  - iii. \_\_\_\_\_