

NAMA: _____

KELAS: _____

2 Bulatkan kemahiran asas permainan pingpong yang terlibat berdasarkan huraian yang diberi. **TP1** **TP2**

	Huraian	Kemahiran
Pukulan	<ul style="list-style-type: none"> Pemain berdiri menyisi hampir dengan meja. Bawa bet bergerak ke hadapan dan ke atas menuju ke arah bola. Pukul bola pada lantunan yang maksimum. 	Pukulan pepat
		Pukulan kilas
	<ul style="list-style-type: none"> Pemain berdiri menyisi hampir dengan meja. Kilaskan lengan menyilang badan dan ayunkan tangan ke hadapan. Pukul bola yang melantun dari meja dengan sudut permukaan bet ialah ke bawah. 	Pukulan pepat
		Pukulan kilas

	Huraian	Kemahiran
Tolakan	<ul style="list-style-type: none"> Pemain berdiri hampir dengan meja dan bawa bet menyilang badan. Dengan satu gerakan pendek, tangan yang memegang bet digerakkan dalam satah mendatar. Tolak bola pada bahagian bawahnya menggunakan bahagian tangan belakang ke arah pihak lawan. 	Tolakan kilas
		Tolakan pepat
	<ul style="list-style-type: none"> Pemain berdiri hampir dengan meja dan ambil kedudukan menyisi untuk bermain. Dengan satu gerakan pendek, tangan yang memegang bet digerakkan dalam satah mendatar. Tolak bola pada bahagian bawahnya menggunakan bahagian tangan hadapan ke arah pihak lawan. 	Tolakan kilas
		Tolakan pepat
Servis	<ul style="list-style-type: none"> Pemain meletakkan bola di atas tapak tangan dengan jari-jari diluruskan. Kilaskan badan dan ayunkan tangan ke belakang. Lambung bola dan pukul bola sebaik sahaja bola jatuh. 	Servis kilas
		Servis pepat
	<ul style="list-style-type: none"> Pemain meletakkan bola di atas tapak tangan dengan jari-jari diluruskan. Bawa bet menyilang badan dan kilaskan badan. Lambung bola dan pukul bola sebaik sahaja bola jatuh. 	Servis kilas
		Servis pepat
Smesy	<ul style="list-style-type: none"> Pemain bawa bet menyilang badan pada paras bahu. Lakukan pukulan bola pada lantunan yang maksimum dengan pantas menggunakan bahagian tangan belakang untuk mematikan hantaran bola pihak lawan. 	Smesy kilas
		Smesy pepat
	<ul style="list-style-type: none"> Pemain mengayunkan tangan ke belakang lebih jauh. Lakukan pukulan bola dengan pantas pada lantunan yang maksimum menggunakan bahagian tangan hadapan semasa bet menyentuh bola. 	Smesy kilas
		Smesy pepat