

Name: _____

BOLA JARING



Isi tempat kosong dengan jawapan yang sesuai.

1. Semasa kita mendarat, kita perlu membuka _____.

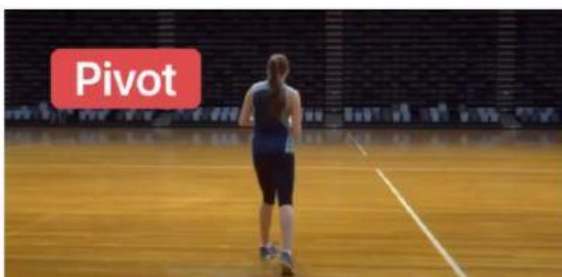
2. Bukaan kaki kita perlu seluas bahu supaya lebih _____



3. Semasa mendarat, kita juga perlu bongkokkan lutut supaya _____ dan _____ dapat diserap.



4. Semasa mendarat, tumpukan _____ pada kaki yang mendarat.



5. Pivot pergerakan apabila pemain yang menerima bola ingin _____ dan ber sedia untuk membuat hantaran.