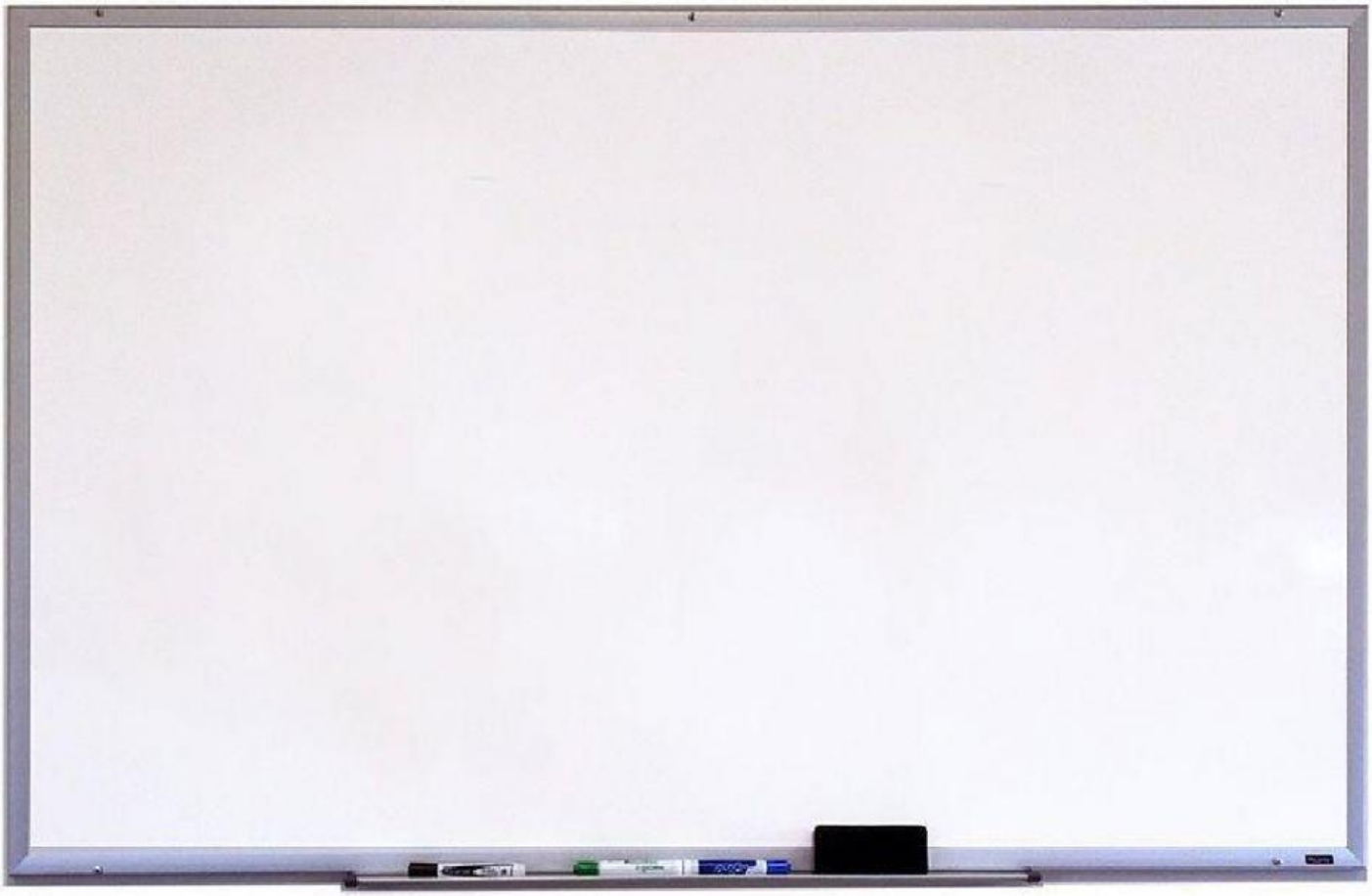
PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 3

TAJUK: KEMAHIRAN MENANGKAP BOLA

NAMA:

KELAS:

Sila tonton video dibawah sebelum melakukan aktiviti



LIVEWORKSHEETS

1. **Padankan gambar kemahiran menangkap bola berdasarkan gambar dibawah:**

Menangkap bola aras lutut

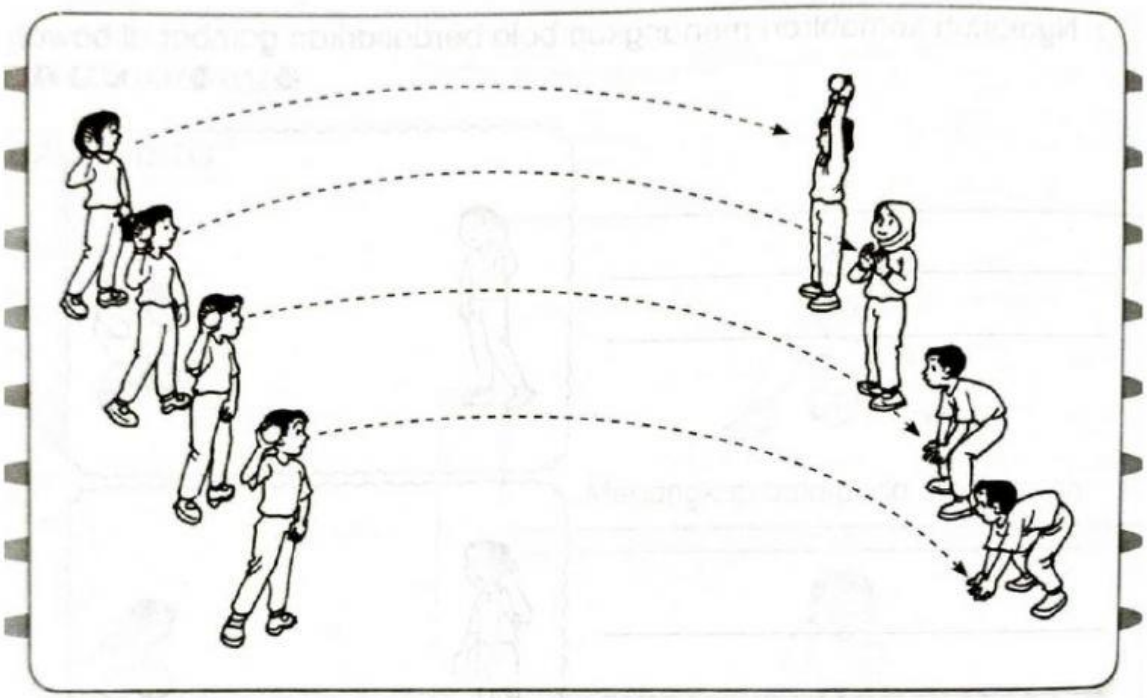
Menangkap bola aras dada

Menangkap bola aras kepala

Menangkap bola aras bawah

LIVEWORKSHEETS

2. isi tempat kosong dengan jawapan yang betul.



a) Pembaling dan penangkap bola mestilah menguasai kemhahiran _____ Dan _____ pelbagai arah.

b) Pembaling harus membuat _____ kearah rakan yang berada Bertentangan pada jarak 5 meter.

c) Pembaling harus melepaskan bola semasa _____ hamper lurus.

d) Penangkap bola haruslah _____ seluas bahu serta _____ dan badan hendaklah ke hadapan

e) Tangan pemain haruslah didepa ke _____ serta memberikan Tumpuan kepada pergerakan bola.

LIVEWORKSHEETS