

LATIHAN

Tajuk: Kemahiran Mengelecek Rapat dalam Sukan Hoki

Arahan: Taip jawapan yang tepat bagi menjawab setiap soalan berdasarkan pilihan jawapan di bawah ini.

Mengelecek rapat,
mengelecek longgar
dan mengelecek
Indian

Teknik ini berguna jika pemain
tidak memperoleh situasi yang
selamat untuk menghantar bola
kepada rakan.

Kepantasan dan kemahiran
mengacah dengan
menggunakan pergerakan
badan dan kayu.

Tangan kiri di hujung kayu hoki
dengan belakang tangan
menghadap ke luar. Longgarkan
sedikit pegangan tangan kanan.

Bil.	Soalan	Jawapan
1.	Nyatakan 3 jenis kemahiran mengelecek dalam sukan hoki.	
2.	Mengapa mengelecek rapat sangat penting dalam permainan hoki?	
3.	Apakah 2 aspek utama semasa mengelecek?	
4.	Bagaimanakah kita memegang kayu hoki ketika ingin melakukan kemahiran mengelecek rapat?	