

BOLA TAMPAR

LATIHAN PJPK TINGKATAN 1

1. Isikan tempat kosong dengan pilihan jawapan yang betul.

Kemahiran Menyangga

Kemahiran Merejam

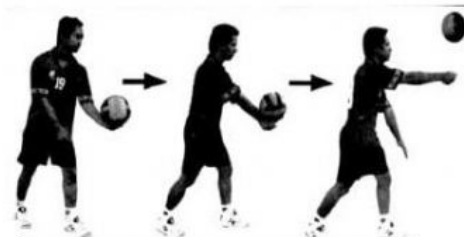
Kemahiran Mengadang

Servis bawah tangan

Kemahiran Mengumpan







2. Tulis perkataan BETUL untuk pernyataan yang betul dan SALAH untuk pernyataan yang salah.

Garis belakang bagi gelanggang bola tampar ialah 9 m.		Ketinggian jaring bagi pertandingan lelaki bawah 18 tahun ialah 2.25 m.	
Menyangga merupakan kemahiran menerima dan menghantar bola dengan kedua-dua belah tangan.		Terdapat tiga orang pengadil dalam satu pertandingan bola tampar.	
Setiap pasukan dapat melakukan empat pertukaran dalam satu set permainan.		Dalam set penentuan, hanya 15 mata sahaja digunakan dengan lebih dua mata diperlukan untuk menentukan kemenangan.	