

Kokurikulum Kelab Permainan Petanque

Nama:

Kelas:

Teknik asas posisi shooting

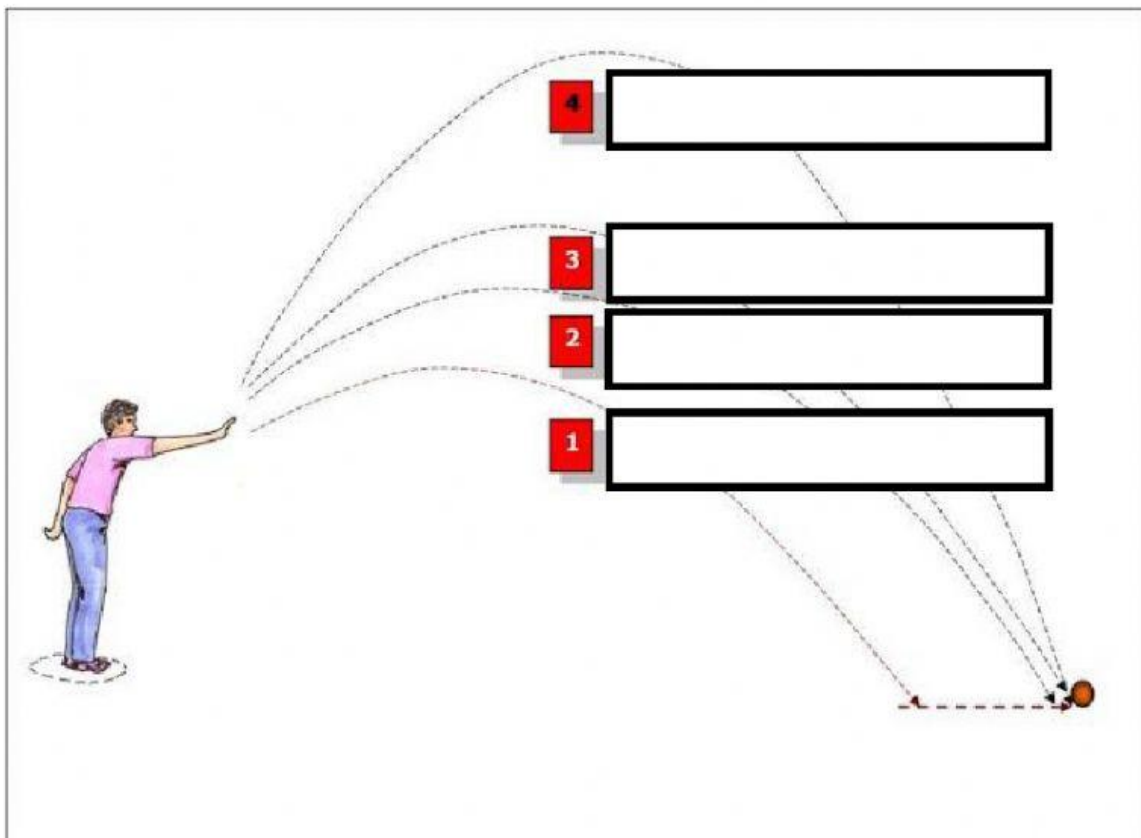
- I. Suaikan jenis teknik shooting permainan petanque dengan betul.

Shooting golek

Shooting tepat gantian

Shooting tepat

Shooting jatuh sebelum



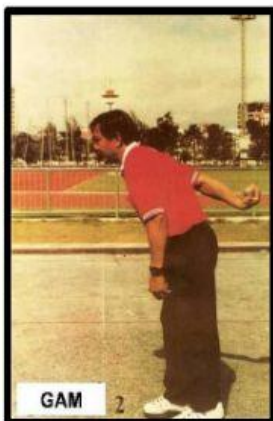
2. Suaikan asas posisi shooting permainan petanque dengan betul.



perhatian

betul dan selesa.

1. Pastikan posisi kaki, lutut, badan, jari dan tangan dalam keadaan
2. Tumpukan kepada target (bola atau jack).



lembut.

Bengkokkan

1. Hayunkan tangan ke belakang dengan pergerakan seluruh badan dengan
2. sedikit badan untuk menambah kekuatan kepada teknik "Back swing".



Kelima-lima jari rapat.

Tangan lurus.

Ketika melepaskan bola, pastikan:

1.
2. Pergelangan tangan bengkok ke atas
3.
4. Lutut dan pinggang terkunci
5. Setkan minda - bukan "Shoot tapi put".