Mata pelajaran: Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Kesihatan
Tajuk: Sepak Takraw
SK: 2.8 Mengaplikasikan pengetahuan konsep pergerakan dan strategi dalam permainan sepak takraw
SP: 2.8.1 Membuat justifikasi kemahiran sepak takraw yang digunakan semasa menyerang dan bertahan dalam situasi permainan.
2.8.2 menjelaskan kedudukan pemain untuk menghadang dan menerima bola semasa bertahan dalam situasi permainan.
2.8.3 Memilih dan membuat justifikasi kemahiran asas sepak takraw yang sesuai digunakan untuk merancang strategi menyerang dan bertahan berdasarkan kemampuan pasukan dan keupayaan pihak lawan.

Latihan Pengukuhan

1. Dalam permainan sepak takraw, apakah kemahiran yang digunakan oleh pemain untuk melakukan serangan bagi mendapatkan mata?
   a. Mengadang
   b. Melibas
   c. Mengumpan

2. Berdasarkan permainan sepak takraw, senaraikan kemahiran menyerang dan bertahan pada petak yang betul.

1 Menimang
2 Mengadang
3 Mengumpan
4 Sepak sila
5 Melibas
6 Menanduk

Menyerang

Bertahan

3. Padankan perlakuan-perlakuan berikut dengan kemahiran yang betul.

Saya perlu melakukan libasan untuk mendapatkan mata.	Adangan
Saya perlu menghantar bola dengan ketinggian yang betul agar libasan boleh dilakukan.	Servis
Lompatan saya perlu tinggi bagi menggagalkan libasan pihak lawan.	Mengumpan
Sepakan permulaan saya perlu memasuki gelanggang pihak lawan.	Libasan

LIVEWORKSHEETS

4. Isi tempat kosong dengan jawapan yang paling sesuai.

aksi akrobatik	menanduk	fiber sintetik	libasan
dua pasukan	regu	tiga	lelaki dan perempuan
badminton	jaring	sepak sila	sebiji bola takraw
menimbang	mengumpan	menghadang	melibas

i. Sepak takraw merupakan permainan yang sangat menarik kerana banyak menggunakan _____ dalam usaha untuk meraih mata dan mematikan bola pihak lawan.

ii. Sepak takraw dimainkan oleh _____ atau _____.

iii. Setiap regu terdiri daripada _____ orang pemain.

iv. Permainan sepak takraw mempunyai pelbagai pergerakan dan kemahiran yang berbentuk akrobatik dan _____.

v. Ukuran gelanggangnya sama seperti permainan _____ dan regu yang bertanding ini dipisahkan dengan _____ di tengah-tengah gelanggang.

vi. Permainan ini menggunakan _____ yang diperbuat daripada _____.

vii. Permainan ini sesuai dimainkan oleh _____.

viii.



LIVEWORKSHEETS