

NAMA: _____

KELAS: _____

2 Bulatkan kemahiran asas permainan pingpong yang terlibat berdasarkan huraian yang diberi. **TP1** **TP2**

	Huraian	Kemahiran
Pukulan	- Pemain berdiri menyisi hampir dengan meja. - Bawa bet bergerak ke hadapan dan ke atas menuju ke arah bola. - Pukul bola pada lantunan yang maksimum.	Pukulan pepat
		Pukulan kilas
	- Pemain berdiri menyisi hampir dengan meja. - Kilaskan lengan menyilang badan dan ayunkan tangan ke hadapan. - Pukul bola yang melantun dari meja dengan sudut permukaan bet ialah ke bawah.	Pukulan pepat
		Pukulan kilas

	Huraian	Kemahiran
Tolakan	- Pemain berdiri hampir dengan meja dan bawa bet menyilang badan. - Dengan satu gerakan pendek, tangan yang memegang bet digerakkan dalam satah mendatar. - Tolak bola pada bahagian bawahnya menggunakan bahagian tangan belakang ke arah pihak lawan.	Tolakan kilas
		Tolakan pepat
	- Pemain berdiri hampir dengan meja dan ambil kedudukan menyisi untuk bermain. - Dengan satu gerakan pendek, tangan yang memegang bet digerakkan dalam satah mendatar. - Tolak bola pada bahagian bawahnya menggunakan bahagian tangan hadapan ke arah pihak lawan.	Tolakan kilas
		Tolakan pepat
Servis	- Pemain meletakkan bola di atas tapak tangan dengan jari-jari diluruskan. - Kilaskan badan dan ayunkan tangan ke belakang. - Lambung bola dan pukul bola sebaik sahaja bola jatuh.	Servis kilas
		Servis pepat
	- Pemain meletakkan bola di atas tapak tangan dengan jari-jari diluruskan. - Bawa bet menyilang badan dan kilaskan badan. - Lambung bola dan pukul bola sebaik sahaja bola jatuh.	Servis kilas
		Servis pepat
Smesey	- Pemain bawa bet menyilang badan pada paras bahu. - Lakukan pukulan bola pada lantunan yang maksimum dengan pantas menggunakan bahagian tangan belakang untuk mematikan hantaran bola pihak lawan.	Smesey kilas
		Smesey pepat
	- Pemain mengayunkan tangan ke belakang lebih jauh. - Lakukan pukulan bola dengan pantas pada lantunan yang maksimum menggunakan bahagian tangan hadapan semasa bet menyentuh bola.	Smesey kilas
		Smesey pepat