SIAPA PANTAS

Namakan aras menangkap bola semasa memadang.

Aras dada	Aras bawah	Aras lutut	Aras atas kepala

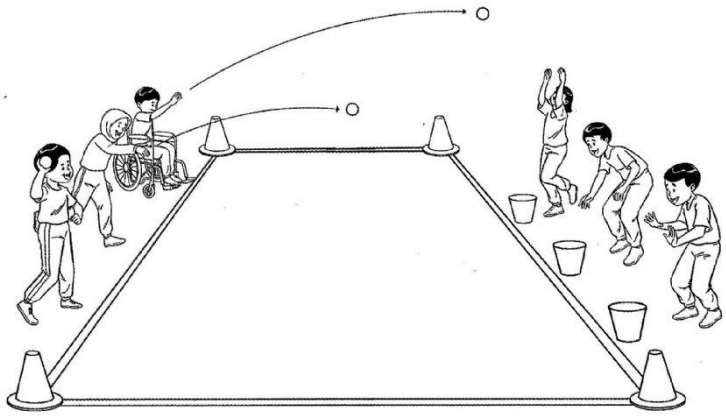
1.

2.

3.

4.

Pilih jawapan yang betul berdasarkan rajah aktiviti yang berikut.



1. Lepaskan bola semasa siku tangan berada dalam keadaan _____.
   A bengkok **B** hampir lurus
2. Pastikan bola ditangkap dengan _____ tangan.
   A kedua-dua belah **B** sebelah
3. Pastikan jarak antara pembaling dan penangkap bola tidak terlalu _____.
   A jauh **B** rapat
4. Pelbagaikan aras _____ bola berdasarkan aras ketinggian dan arah pergerakan bola.
   A membaling **B** menangkap
5. Bola mesti dibaling tepat ke _____.
   A sasaran **B** penangkap bola

LIVEWORKSHEETS