

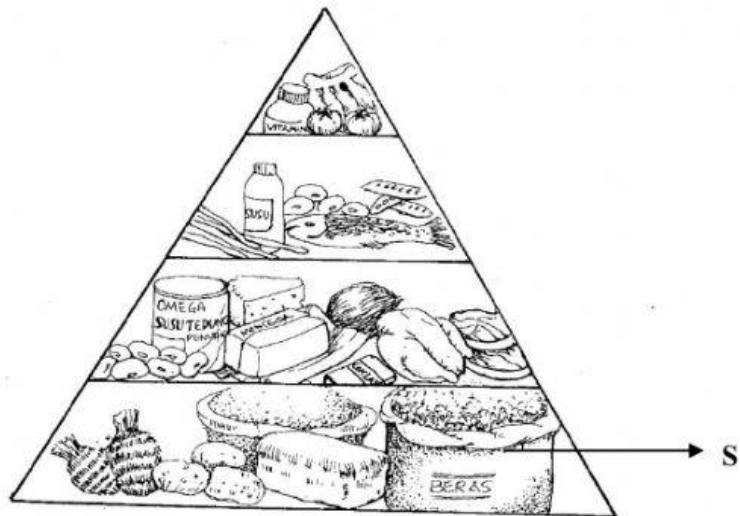
NAMA:.....

**SMK MACHANG BUBUK
PKPB 14 DIS 2020
SAINS SUKAN 5PPA
LATIH TUBI KERTAS 2 BAHAGIAN A
(10 SOALAN STRUKTUR)**

2/2

Seorang atlet mengalami
kelesuan otot selepas
menyertai pertandingan
merentas desa

6. Situasi di atas dialami oleh seorang atlet dalam suatu pertandingan.
- a) Berdasarkan pernyataan di atas, nyatakan dua faktor yang menyebabkan situasi ini boleh berlaku.
- i.
- ii. [2 markah]
- b) Pilih salah satu di (a) dan huraikan secara ringkas
-
-
- [2 markah]



Rajah 5

7. Rajah 5 di atas menunjukkan piramid makanan.

a) Namakan kumpulan makanan **S** di atas.

..... [1 markah]

a) Nyatakan bentuk penguraian tenaga yang dihasilkan oleh kumpulan **S** di atas.

..... [1 markah]

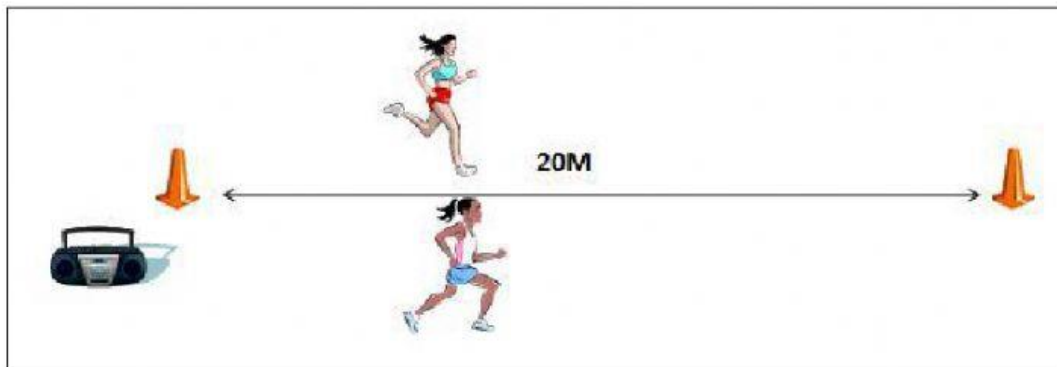
c) Berikan DUA kesan kekurangan nutrien kepada atlet.

i

.....

ii

..... [2 markah]



Rajah 6

8. Rajah di atas menunjukkan salah satu ujian kecergasan fizikal.
- a) Nyatakan komponen kecergasan yang diuji pada rajah 6 .
.....
[1 markah]
- b) Namakan ujian kecergasan di atas.
.....
[1 markah]
- c) Namakan satu ujian lain yang menguji komponen kecergasan sama seperti di (a).
.....
[1 markah]
- d) Berikan SATU perlakuan kemahiran sukan yang memerlukan komponen kecergasan di atas.
.....
[1 markah]

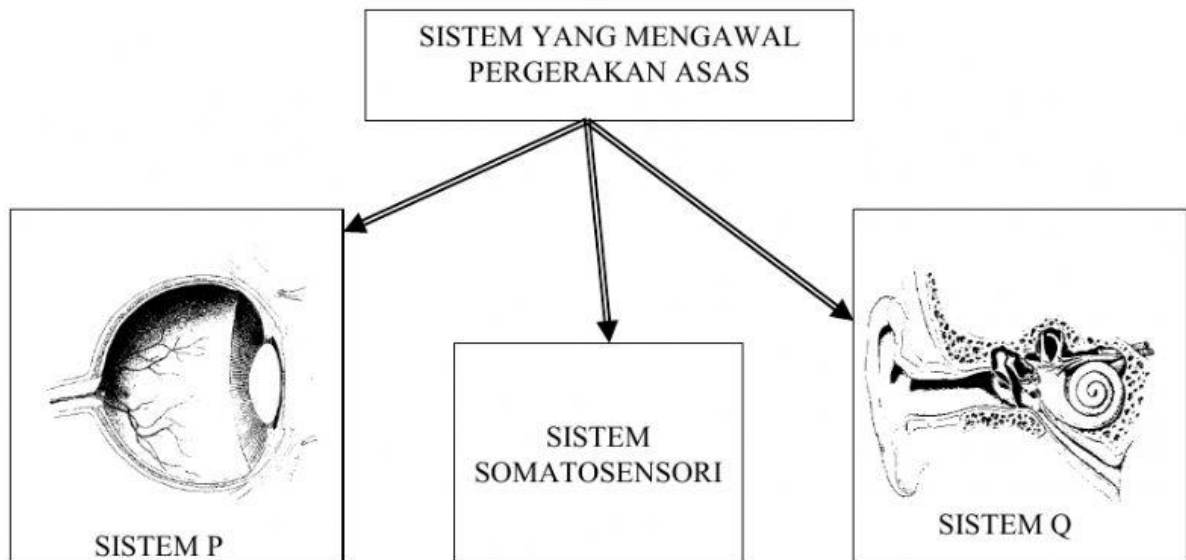


Rajah 7

9. Rajah di atas menunjukkan jenis pemindahan pembelajaran kemahiran motor.
- a) Nyatakan jenis pemindahan pembelajaran yang diwakili oleh Q
 [1 markah]
- b) Berikan satu contoh situasi dalam sukan yang menggambarkan pemindahan pembelajaran Q.

 [1 markah]
- c) Nyatakan perbezaan pemindahan pembelajaran positif dengan pemindahan pembelajaran sifar.

 [2 markah]



Rajah 8

10. Rajah di atas menggambarkan sistem yang mengawal pergerakan asas tubuh.

a) Namakan sistem Q.

.....
[1 markah]

b) Nyatakan fungsi salah satu sistem biologi 10. a).

.....
[1 markah]

c) Sistem **P** terbahagi kepada dua jenis. Nama dan bandingkan kedua-dua jenis sistem yang terdapat dalam sistem **P**.

.....
.....
.....
[2 markah]