

MINGGU KE 20

PJPK TAHUN 5

LATIHAN (SIAPA HANDAL)

Servis bawah dengan alat.
Kontak permukaan alat di bahagian bawah bola

Servis bawah dengan tangan

Hantaran dengan bahagian luar kaki

Hantaran bawah dengan alat

Hantaran atas dengan tangan

Servis atas dengan tangan

Servis dengan kaki

Hantaran dengan bahagian dalam kaki

