

PERMAINAN KATEGORI SERANGAN : BOLA BALING

(BAHAGIAN I)



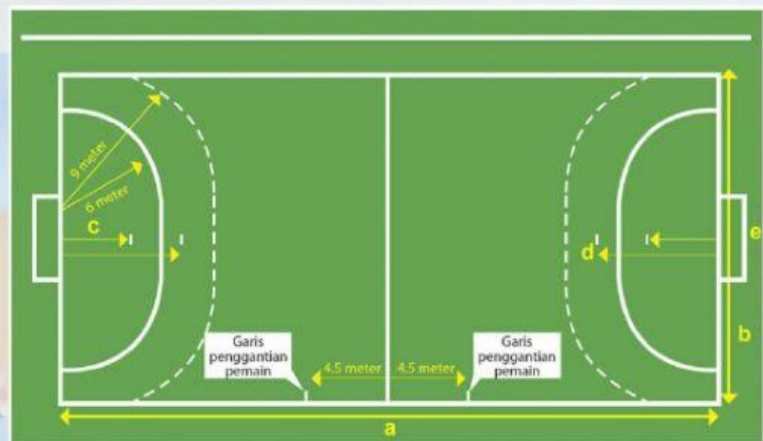
1. Bola baling merupakan permainan yang dimainkan oleh _____ pasukan yang terdiri daripada _____ orang pemain sepasukan.
Kemahiran bola baling melibatkan kemahiran _____, _____, mengelecek, _____, _____ dan menjaga gawang.



Saiz bola

Lelaki :

Perempuan :



2. Nyatakan ukuran bagi garisan berikut :

(a) garisan tepi gelanggang, a =

(b) garisan lebar gelanggang, b =

(c) garisan penjaga gol, c =

(d) garisan penalti, d =

(e) panjang tiang gol, e =

3. Senaraikan Permainan untuk latihan Kemahiran Asas Bola Baling

PERMAINAN KATEGORI SERANGAN : BOLA BALING

(BAHAGIAN II)



atas kepala	bawah lengan	lantun	junam
atas bahu	aras dada	Menghantar	sisi
Mengacah	Mengadang	Menjaring	lantun

Kemahiran Asas Bola Baling

