

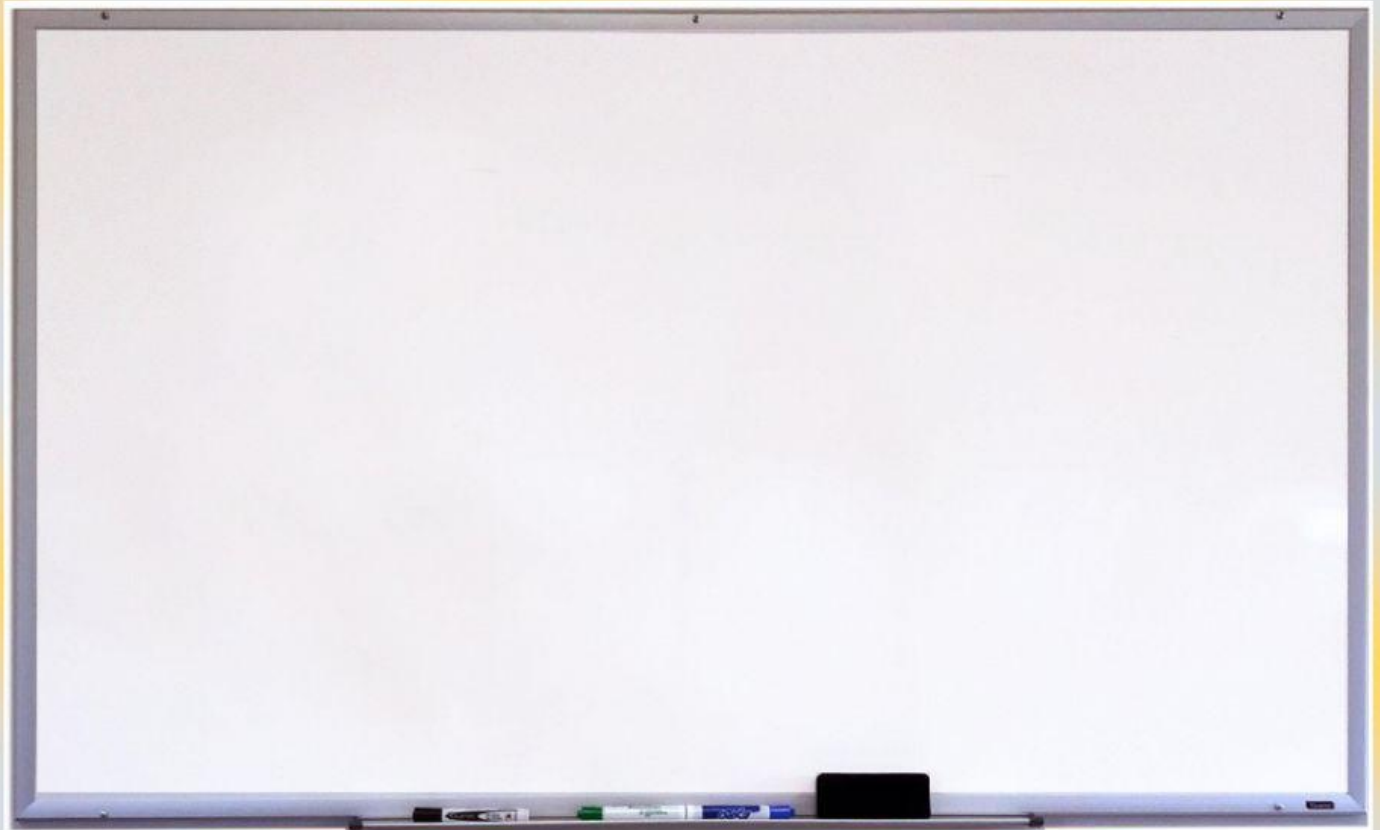
PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 3

TAJUK : MEMUKUL DAN MEMADANG

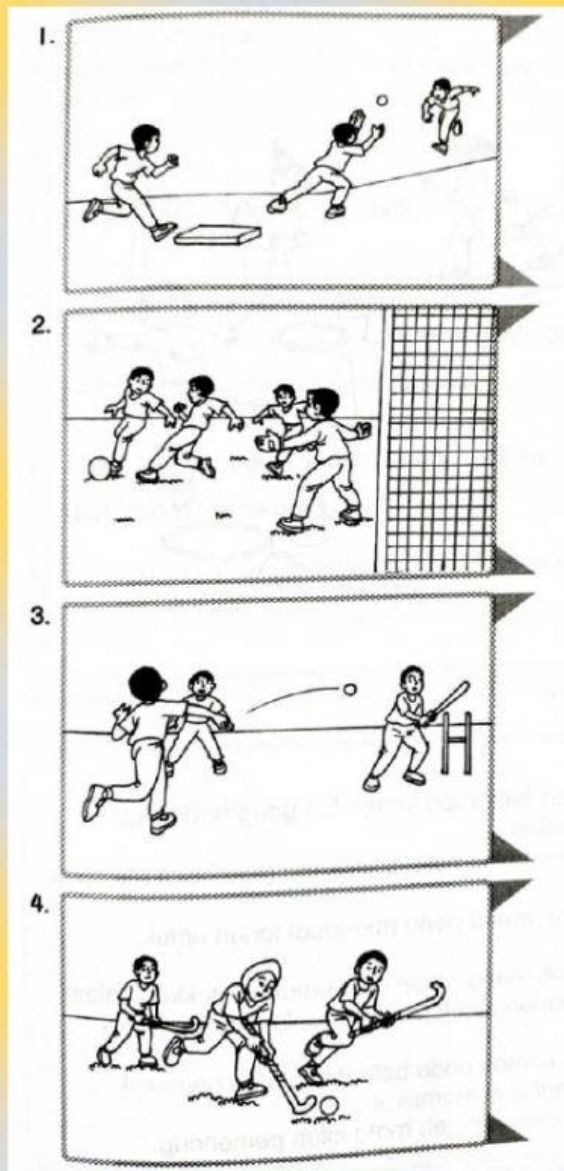
NAMA :

KELAS :

Sila tonton video dibawah sebelum menjawab soalan



1. Tandakan ✓ pada aktiviti memukul dan memadang dengan betul


☐
☐
☐
☐

2. Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul

Membuat balingan

Menangkap bola

Melakukan pukulan

laju

siku

Kaki kiri

sasaran

memadang

Alat pemukul

a) Kemahiran membalik bola dari atas bahu merupakan kemahiran

b) Pemain perlu dihadapan , manakala kaki kanan di belakang semasa tangan kanan

c) Mata pemain perlu memandang ke arah dan bola
Dilepaskan apabila lurus.

d) Pemain harus menggunakan kedua-dua belah tangan semasa

e) Pemain harus pada titik kontak tengah bola yang
menyebabkan bola bergerak dan jauh.

f) Pemain harus memastikan pukulan perlu kena pada hujung

3. Nyatakan kemahiran bola tangan lurus berdasarkan gambar dibawah

