

NAMA

KELAS :

UNIT 3: KATEGORI SERANGAN (RAGBI SENTUH)

OBJEKTIF

- Menyatakan kemahiran asas ragbi sentuh.
- Menjelaskan pengetahuan konsep pergerakan dan prinsip mekanik dalam kemahiran ragbi sentuh.
- Menerangkan pengurusan dan keselamatan dalam permainan ragbi sentuh.

1. Berdasarkan gambar, isikan tempat kosong mengenai lakuan kemahiran dalam ragbi sentuh. [22 markah]

	• Kemahiran _____ bola bertujuan agar bola mudah _____ oleh rakan sepasukan dalam keadaan yang _____ dan boleh dilakukan secara _____. • Hantaran yang betul ialah hantaran ke arah _____ atau ke _____ sahaja. • Hantaran bola ke _____ adalah salah.
	• Pemain perlu menguasai kemahiran _____ dalam pelbagai situasi permainan. • _____ bola yang baik dapat melancarkan pergerakan dan memudahkan strategi pasukan dilaksanakan. • Pemain hendaklah menumpukan _____ kepada rakan sepasukan di samping mencari ruang untuk _____ diri daripada pihak lawan supaya bola hantaran dapat ditangkap dengan baik.
	• _____ ialah lakuan dalam permainan ragbi untuk mendapatkan mata. • Apabila try berjaya dilakukan, _____ mata akan diberikan kepada kumpulan yang membawa bola melepasi pertahanan lawan dan meletakkan bola ke kawasan _____ pihak lawan dengan _____.
	• Kemahiran _____ bertujuan mengelakkan diri dan menembusi _____ pasukan lawan yang paling hampir. • Pemain yang melakukan kemahiran mengacah perlu menukar arah pergerakan apabila menghampiri pemain lawan dengan menggunakan pergerakan _____ dan menukar _____. • Pergerakan ini dilakukan bagi _____ pemain lawan. Pemain perlu bergerak ke arah ruang yang _____ daripada pihak lawan sambil meningkatkan _____ bagi mendapatkan kelebihan ruang untuk melakukan try.

2. Lengkapkan jadual di bawah yang berkaitan dengan variasi try dalam ragbi sentuh [3 markah]

PENERANGAN	VARIASI TRY
(a) Sisi badan dijatuhkan bersama bola dan touch down ke kawasan in-goal.	
(b) Melompat ke hadapan bersama bola dan touch down ke dalam kawasan in-goal.	
(c) Membawa bola ke kawasan score line dengan membengkokkan lutut dan merendahkan badan. Guna kedua-dua tangan bagi menyentuh bola ke kawasan in-goal.	

SOALAN OBJEKTIF [5 markah]

- Jumlah pemain untuk satu pasukan dalam permainan ragbi sentuh ialah
 - 5 orang
 - 6 orang
 - 7 orang
 - 8 orang
- Bahagian badan yang tidak boleh disentuh dalam permainan ragbi sentuh?
 - Kaki
 - Badan
 - Tangan
 - Kepala
- Sekiranya pasukan penyerang disentuh sebanyak _____ kali, bola tersebut jatuh ke tangan pasukan bertahan.
 - Dua
 - Tiga
 - Empat
 - Lima
- Antara berikut, kemahiran manakah yang terlibat dalam permainan ragbi sentuh?

I. Berlari	II. Mengacah	III. Menjaring	IV. Mengelecek
A. I dan II	B. I dan IV	C. II dan III	D. III dan IV
- Antara berikut, yang manakah merupakan hantaran yang betul dalam permainan ragbi sentuh?

I. Hantaran bawah	III. Hantaran ke belakang
II. Hantaran ke arah sisi	IV. Hantaran ke hadapan
A. I dan II	B. I dan IV
C. II dan III	D. III dan IV