

LATIHAN PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN

TARIKH : 1/9/2021

KELAS : HIBISCUS

GURU : PUAN NORAZA HASHIM

TAJUK : UNIT 3 – BOLA SEPAK

A) TULISKAN ‘BETUL’ ATAU ‘SALAH’ UNTUK AYAT DI BAWAH.

Penjaga gol perlu memakai jersi yang sama dengan pemain yang lain.	
Pelapik tulang kering (shin pad) perlu sesuai dengan betis dan ringan.	
Penjaga gawang/gol perlu memakai baju berlengan panjang sebagai perlindungan.	
Kasut bola perlu mengikut saiz kaki murid dan mempunyai paku (stud) pada tapak.	
Murid tidak perlu memakai stoking semasa bermain bola sepak.	
Pakaian untuk pemain bola perlulah selesa dan longgar.	
Penjaga gawang/gol perlu memakai sarung tangan sebagai pelindung.	

B) Namakan pakaian pemain bola di bawah. (baju jersi, seluar pendek, stoking panjang, kasut bola)

