

Roket Sasar

Jawab soalan yang disediakan

1. Apa itu roket sasar?

- A. Kemahiran melontar objek berbentuk peluru meriam ke sasaran
- B. Kemahiran merejam objek berbentuk rod ke sasaran
- C. Kemahiran merejam objek berbentuk empat segi ke sasaran

2. Urutan manakah yang tepat dalam lakukan teknik merejam objek berbentuk rod

- A. Lari landas -> rejaman -> ikut lajak
- B. Rejaman -> lari landas -> ikut lajak
- C. Ikut lajak -> rejaman -> lari landas

3. Bagaimanakah cara untuk meningkatkan kuasa rejaman anda?

- A. Rotasikan pergelangan kaki
- B. Rotasikan bahagian pinggang
- C. Rotasikan bahagian pinggul

4. Bagaimanakah caranya untuk mendapatkan jarak rejaman yang optimum?

- A. Sudut pelepasan rejaman 10-20 darjah
- B. Sudut pelepasan rejaman 180-360 darjah
- C. Sudut pelepasan rejaman 35-45 darjah

5. Berikut merupakan cara genggam objek rod, kecuali

- A. Genggam B
- B. Genggam Amerika
- C. Genggam V