UNIT 4 : PERMAINAN KATEGORI JARING

TAJUK : BOLA TAMPAR (buku teks muka surat 62-77)

LIVEWORKSHEETS

1. Padankan kemahiran asas berikut sama ada kemahiran semasa menyerang atau kemahiran semasa bertahan.

Menyangga	Servis
Merejam	Mengadang

KEMAHIRAN MENYERANG	KEMAHIRAN BERTAHAN

LIVEWORKSHEETS

2. Lengkapkan ruang kosong di bawah dengan jawapan yang sesuai.

FORMASI 4 : 2	FORMASI 5 : 1
KEKUATAN 1. Formasi lini mudah, _____ dan tidak mengelirukan. 2. Mempunyai _____ bagi setiap barisan hadapan dan belakang. 3. Penerimaan _____ lebih baik kerana terdapat _____ orang pengumpan iaitu di barisan hadapan dan belakang. **KELEMAHAN** 1. Hanya dua orang _____ yang boleh digunakan dalam satu-satu masa. 2. Kekurangan pemain _____ menyebabkan pengumpan tidak boleh merancang strategi _____ secara mengejut.	**KEKUATAN** 1. Terdapat _____ orang perejam pada satu-satu masa apabila _____ menghantar bola. 2. Mudah mengatur _____ dan serangan _____. 3. Jika pengumpan bermain dengan baik, _____ pihak lawan tidak mempunyai _____ yang banyak untuk melakukan adangan. 4. Variasi _____ yang pelbagai. **KELEMAHAN** 1. Terlalu bergantung kepada seorang _____. 2. Apabila pengumpan berada di barisan _____, hanya dua orang _____ yang boleh digunakan untuk merejam.

LIVEWORKSHEETS

3. Lengkapkan pernyataan di bawah bagi merengkan formasi permainan semasa bertahan.

melambungkan	**belakang**	**direjam**
mengadang	**Kedudukan**	**menyangga**
adangan	**jaring**	**tengah**

Formasi Bertahan Barisan Hadapan (Player-Up)	Formasi Bertahan Barisan Belakang (Player-Back)
• Menekankan aspek _____ di atas _____ melibatkan seorang atau dua orang pemain. • Ketika bertahan, pemain perlu bijak menjangka pergerakan bola yang _____. • Pengadang _____ boleh membuat adangan hampir semua bola yang direjam. • Terdapat beberapa posisi pemain semasa melakukan _____ bergantung kepada bola yang direjam.	• Memerlukan barisan pemain _____ bersedia untuk _____ atau _____ bola yang berjaya melepasi adangan. • _____ pemain akan berubah mengikut situasi bola yang direjam oleh pihak lawan.

LIVEWORKSHEETS

4. Nyatakan cara menentukan komposisi pasukan bagi memastikan pasukan bermain dengan baik.

utama	**penyerang**	**4:2**
libero	**enam**	**pengumpan**

(a) Menentukan _____ pemain yang akan bermain.

(b) Menentukan strategi permainan sama ada menggunakan sistem serangan _____ atau 5:1.

(c) Menentukan pemain _____ utama.

(d) Menentukan pemain _____ terbaik.

(e) Menentukan pemain pertahanan _____.

(f) Menentukan pemain yang sesuai sebagai _____.

LIVEWORKSHEETS