

UNIT 3: KATEGORI SERANGAN

• Pendidikan Jasmani

Buku Teks: ms. 21 - 29

PBD Bola Sepak

Namakan lakuan kemahiran asas permainan bola sepak di bawah. SP1.3.1, 1.3.2, 1.3.3, 1.3.4, 1.3.5, 2.3.1, 2.3.2, 2.3.3, 2.3.4, 2.3.5, 2.3.6, 5.1.1, 5.1.2, 5.1.3, 5.2.1, 5.2.2, 5.2.4, 5.3.1, 5.3.2, 5.3.3, 5.4.1, 5.4.2, 5.5.1, 5.5.2

Tendangan leret

Tendangan tinggi

Mengelecek bola

Menanduk bola

Menangkap bola leret

Menahan bola

Menangkap bola tinggi

Lontaran ke dalam

1



2



3



4



5



6



7



8



UNIT 3: KATEGORI SERANGAN

• Pendidikan Jasmani

Buku Teks: m.s. 21 - 39

PBD Bola Sepak

Tuliskan jenis kemahiran menghantar dalam permainan bola sepak. Kemudian, lengkapkan teknik lakuan menghantar berdasarkan gambar rajah di bawah ini. **SP1.3.1, 1.3.2, 2.3.1, 2.3.2, 5.1.3, 5.2.4, 5.4.1, TP2, TP3, TP4, TP5**



1 Tendangan

(a) Kaki sokongan di

(b) Condongkan badan sambil kaki belakang

(c) Kontak bola menggunakan

(d) Ikut

2 Tendangan

(a) Kaki sokongan

(b) Badan

(c) Kaki belakang

(d) Ikut



3 bola

(a) Berdiri

(b) Mata pandang

(c) Menanduk bola

(d) Ikut