

SMK PASIR GUDANG 2

PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN
TINGKATAN 5

NAMA:

TINGKATAN :

PERMAINAN KATEGORI SERANGAN: RAGBI SENTUH

1. Kenalpasti strategi serangan di bawah:

Hantaran Silang
(scissors)

Tendang dan
Tangkap

Satu lawan satu



2. Nyatakan pergerakan strategi serangan mengacah zig zag dibawah:

1

2

3

4



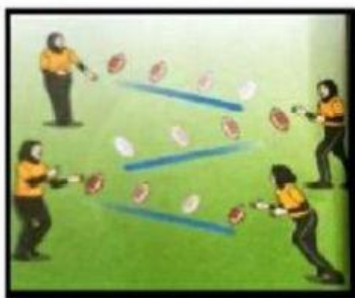


2. Cari perkataan tersembunyi



RAGBI SENTUH-ZIG ZAG-MISS PASS-SCISSORS-TOUCH DOWN-QUARTERBACK-
LOOP-KICK CATCH-BALL COLLECTOR-TOUCH GO

3. Namakan kemahiran asas permainan ragbi sentuh di bawah.





4. Susun gambar gerakan zig-zag berikut



1



2



3



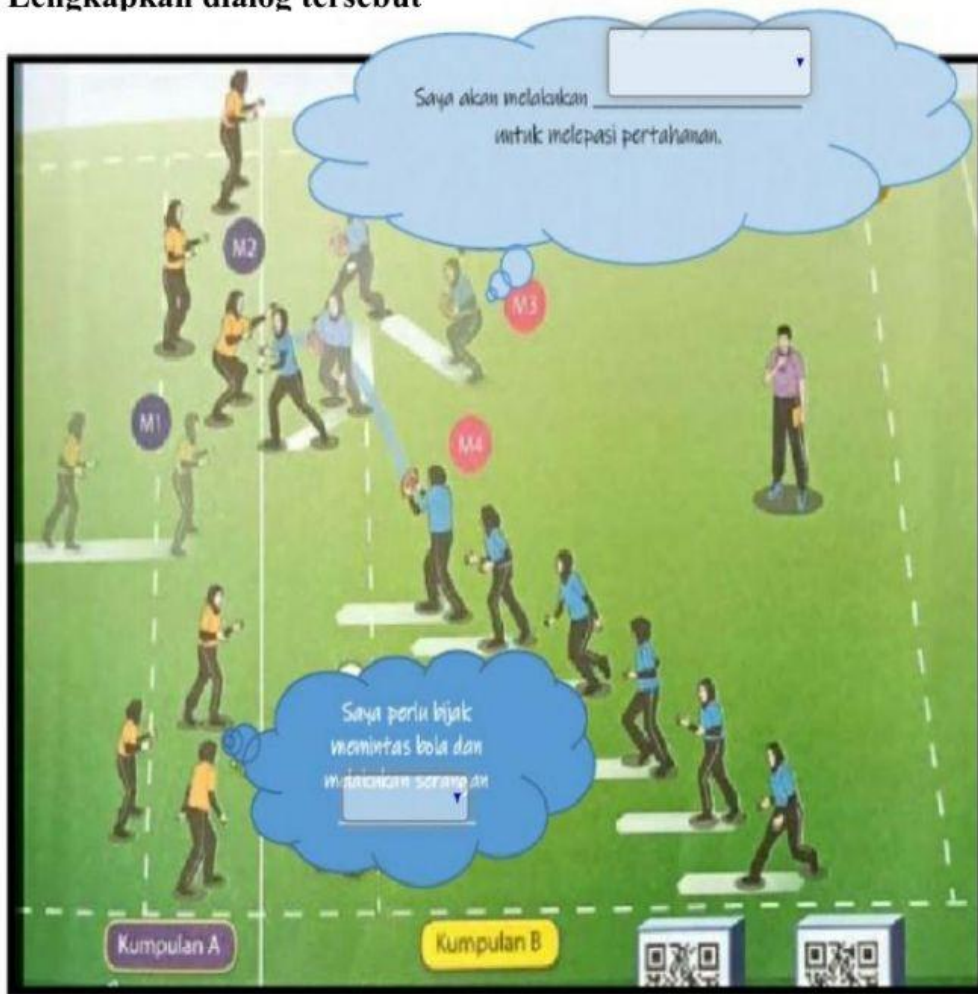
4

5. Isikan tempat kosong dengan jawapan yang sesuai

tangkap	kepantasan	peranan	sayap	touch down
dua	serangan	zig-zag	tendang	silang

- Murid dibahagikan kepada _____ kumpulan.
- Satu kumpulan akan melakukan _____ bermula hantaran bola daripada murid satu.
- Murid satu akan menghantar bola kepada murid dua dengan menggunakan strategi hantaran _____.
- Murid dua pula akan cuba melepasi pemain pertahanan menggunakan strategi mengacah dengan serangan _____. Jika tidak mampu, murid dua menggunakan strategi serangan _____ dengan melakukan hantaran silang kepada murid tiga.
- Murid tiga akan melakukan strategi _____ dan _____ untuk melepasi pemain pertahanan.
- Selepas menendang, murid tiga akan menggunakan _____ larian untuk melepasi pemain pertahanan dan menangkap bola. Murid tiga akan berlari pantas ke hadapan untuk membuat _____.
- Setiap pasukan akan bertukar _____ selepas selesai melakukan strategi tersebut.

6. Lengkapi dialog tersebut



...MAJULAH SUKAN UNTUK NEGARA..

