



Tonton video



Kredit video :  Azandia Abdul Rahman
 YouTube

Rujuk buku teks PJKP



muka surat 30





Pendidikan Jasmani : Tahun 3

Unit 5 : Ayunan Terbaik



Jawab soalan

1. Tandakan (✓) 3 alat yang sesuai digunakan dalam latihan membuat pukulan di rumah..



2. Susun langkah untuk membuat pukulan mengikut aturan yang betul mengikut rajah di bawah.



Genggaman tangan pada pemukul dirapatkan

Badan dan kaki belakang dipusingkan mengikut arah hayunan

Berdiri dengan kaki dibuka seluas bahu

Kedudukan tangan dan siku dilaraskan

Melangkah ke depan ketika mula menghayun





Pendidikan Kesihatan : Tahun 3

Unit II : Bertindak Segera



Tonton video



Kredit video :  Fad7lee FM
 YouTube ^{MY}

Rujuk buku teks PJK



muka surat 84



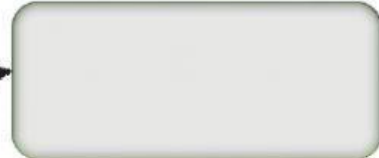
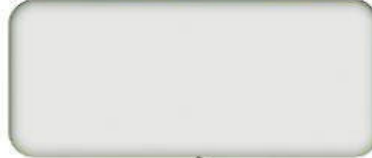
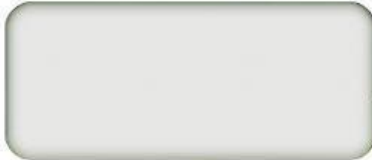


Pendidikan Kesihatan : Tahun 3

Unit II : Bertindak Segera



Lengkapkan cara mencegah pembiakan nyamuk.



Tutup bekas yang menampung air

Pengabutan (fogging)

Tanam bekas yang mengandungi air

Tutup tong sampah

Bersihkan bekas takungan air

