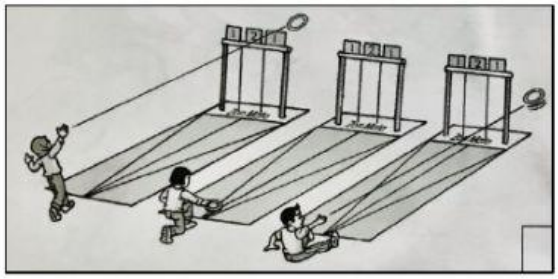
UNIT 6 : MENGEJAR JUARA
TAJUK : ASAS BALINGAN
KEMAHIRAN : ASAS BALINGAN OBJEK LEPER

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 4

NAMA : _____ KELAS : _____

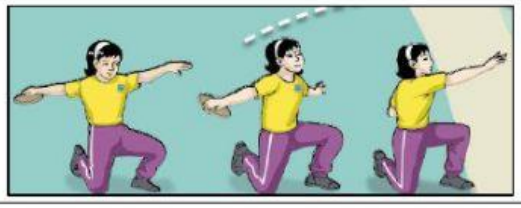
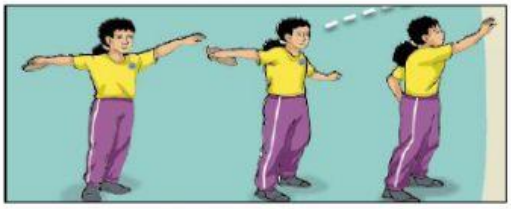
Arahan : Pilih jawapan yang betul berdasarkan gambar dan pilihan jawapan yang diberi.

1. Apakah kemahiran asas balingan berdasarkan gambar yang berikut?



Jawapan :

2. Nyatakan kedudukan posisi yang betul bagi kemahiran melempar objek berbentuk leper berdasarkan gambar berikut.

3. Apakah posisi yang sesuai untuk menghasilkan jarak lemparan yang lebih jauh?

Jawapan :

4. Mengapakah pinggul perlu dirotasikan semasa melakukan lemparan bagi objek leper?

Jawapan :

LIVEWORKSHEETS