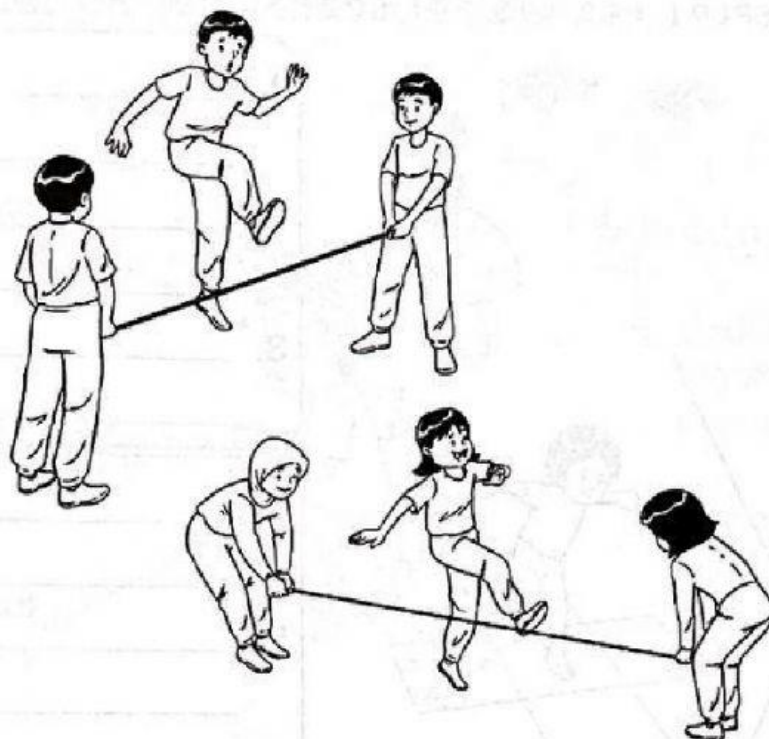


**UNIT 6: Olahragawan Harapan**

Buku Teks: m.s. 33 – 39

**PBD HALANGAN BERTINGKAT**

Isikan tempat kosong dengan jawapan yang betul. SPI.9.4, 2.9.2, 5.2.2



1. Gunakan \_\_\_\_\_ kaki untuk melonjak.

bebola

tumit

tapak

2. Gunakan kaki \_\_\_\_\_ untuk melonjak.

kanan

kiri

dominan

3. Lakukan lompatan mengikut \_\_\_\_\_ diri.

kekuatan

keupayaan

ketinggian

4. Tingkatkan aras \_\_\_\_\_ halangan mengikut \_\_\_\_\_ diri.

kemampuan

ketinggian

kebolehan