

3.0 KEMAHIRAN MENULIS

S.P 3.4.3 Menulis perenggan isi dengan bahasa yang gramatis secara kritis dan kreatif.

Nama / Ting : _____ / _____

Tarikh : _____

TEMA 4 WASPADA SELALU

Jagalah Diri

Tajuk Karangan : Faedah-faedah Seni Pertahanan Diri

Aktiviti 2 : Tulis satu perenggan isi yang lengkap bagi isi penting yang diberi dengan **menaip semula ayat-ayat yang diberikan mengikut susunan yang betul dalam bentuk perenggan yang lengkap.** (jawapan dalam 1 perenggan sahaja)

ISI PENTING 2 : menyumbang kepada kesihatan fizikal dan mental seseorang individu.

Sebagai contoh, gerakan-gerakan yang biasa dipraktikkan ialah pelbagai gaya memukul, menepis, mengelak, menendang dan melompat yang mana merupakan suatu bentuk senaman untuk tubuh badan kita.

Di samping itu, seni pertahanan diri dapat menyumbang kepada kesihatan fizikal dan mental seseorang individu.

Oleh yang demikian, anggota seni pertahanan diri akan memiliki tubuh yang cergas dan otak yang cerdas.

Hal ini dikatakan demikian kerana seni pertahanan diri menghendaki anggotanya melakukan pelbagai gerak dan langkah yang tangkas lagi lincah.
