

PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN TAHUN 1

NAMA :

KELAS 1:

Sila isi tempat kosong dengan jawapan yang sesuai.



Regangan statik mempercepat pemulihan selepas beraktiviti.

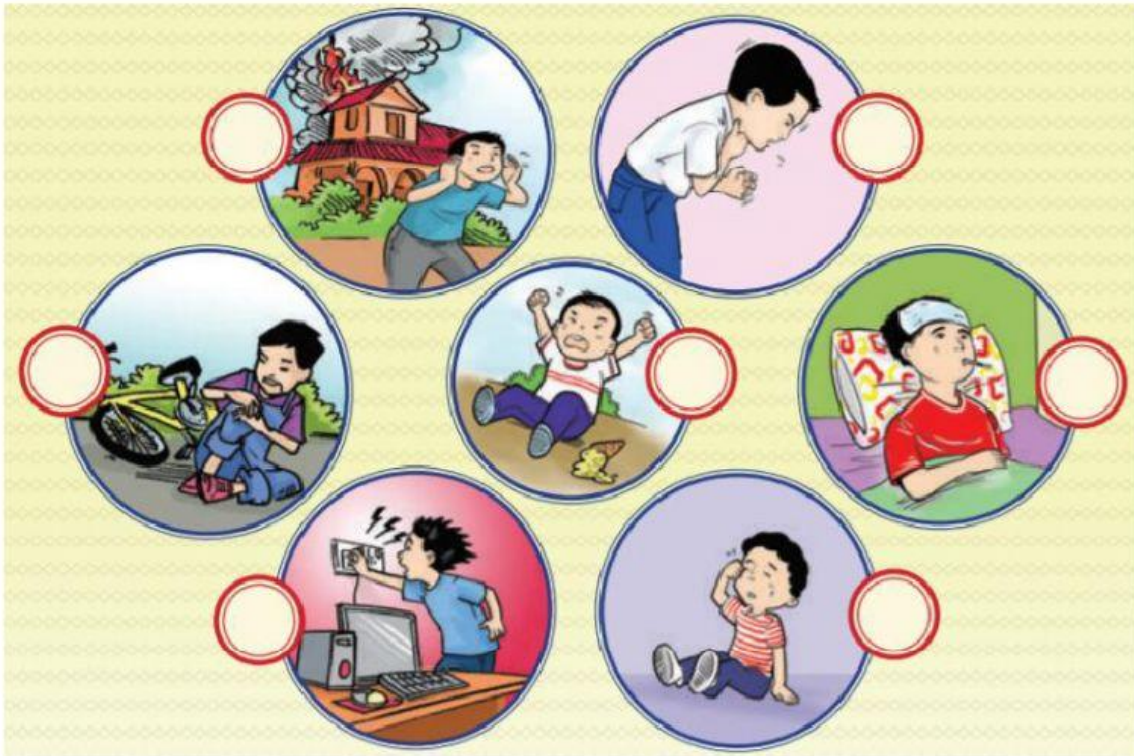


Regangan statik meningkatkan kelenturan otot.





TANDAKAN (/) PADA JAWAPAN YANG BETUL.



ISI TEMPAT KOSONG DENGAN JAWAPAN YANG BETUL.

polis

menjerit

menelefon

1. Saya akan untuk meminta pertolongan.
2. Saya akan untuk dapatkan bantuan.
3. Saya akan meminta bantuan daripada .