

Hari : _____

Tarikh : _____

Soalan 1: Suaikan gambar dengan jawapan yang betul.

Pusing pinggang
Tangan di dinding
kira 1 hingga 10

Tangan silang pada dinding
Dahi atas tangan
kira 1 hingga 10

Lutut dibengkokkan
Tahan
kira 1 hingga 10

1



2



3



Soalan 2: Lengkapi perkataan berkenaan topik kecergasan pada minggu ini.

1
s n h
k k

(sentuh kaki)



2
d u k
c a n k u

(duduk cangkung)



3
r p a t
k k

(rapat kaki)

