NAMA _____ KELAS _____

LENTUR UNTUK SIHAT

Apakah maksud kelenturan?

RUJUK VIDEO YANG TELAH DIBERIKAN

Berikan 5 contoh ranking sukan yang memerlukan regangan badan

Keselamatan yang perlu dititik berat semasa melakukan regangan?

RUJUKAN : TEKAN PAUTAN VIDEO INI

LENTUR UNTUK SIHAT

CIKGU HASHIDA

LIVEWORKSHEETS