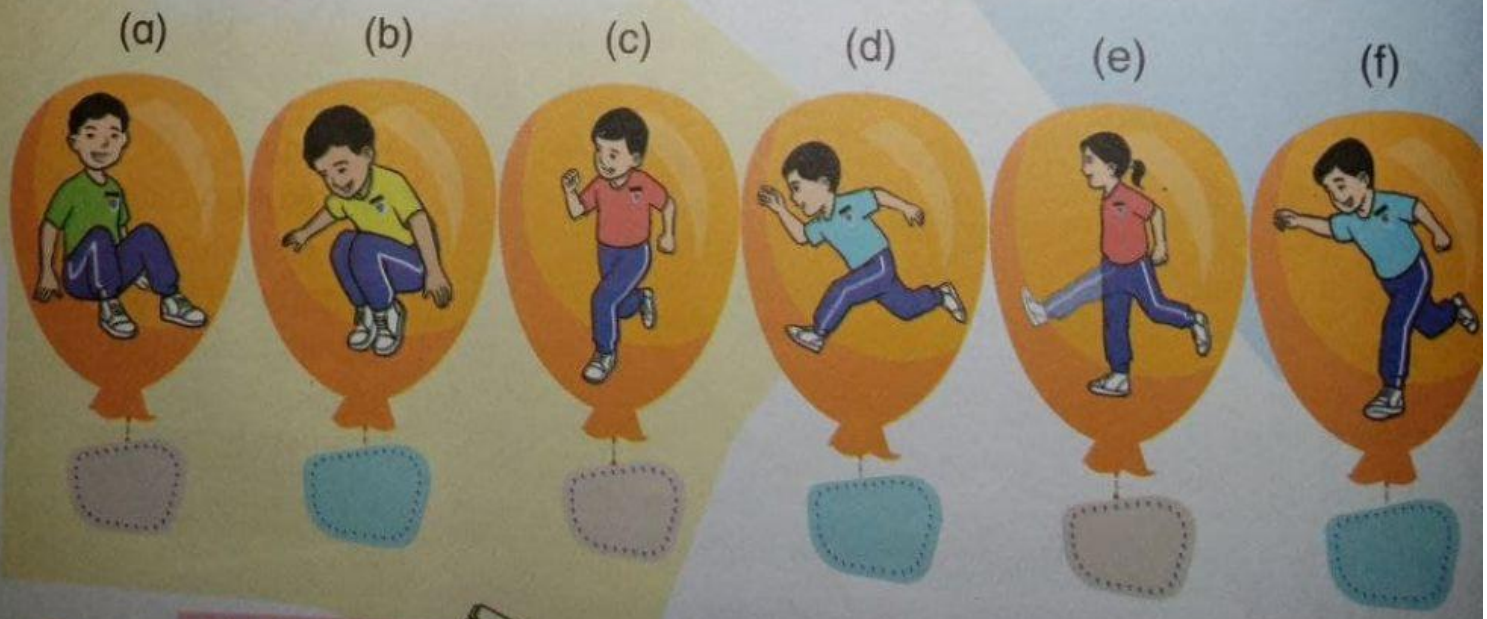
Uji Saya

1. Tanda (↑) meningkat, dan (↓) mengurang bagi aktiviti-aktiviti di bawah.

Perkara	Memanaskan badan	Melakukan aktiviti fizikal	Menyejukkan badan
Suhu badan			
Kadar nadi			
Kadar pernafasan			
Air dalam badan			

2. Tandakan (✓) bagi aktiviti-aktiviti memanaskan badan yang sesuai.



NOTA GURU

Banyakkan halaman ini untuk diedarkan

LIVEWORKSHEETS