

Nama: _____

Kelas: _____

Kertas soalan ini mengandungi lima soalan. Sila jawab semua soalan di ruangan yang disediakan. Pastikan anda menjawab soalan dengan betul dan tepat.

Lengkapkan jadual dengan menyenaraikan aktiviti berikut mengikut kemahiran.

lompat tali

bola sepak

lompat katak

bola jaring

berjoging

bola baling

lompat jauh

ketingting

berskip

tarik upih

hambur

lontar peluru

badminton

rejam lembing

rondas kriket

Lompatan	Larian	Balingan
1.	6.	11.
2.	7.	12.
3.	8.	13.
4.	9.	14.
5.	10.	15.

Tuliskan **BETUL** atau **SALAH** pada pernyataan berikut.

1. Tendangan karibas bermula dari pangkal peha.

2. Murid-murid perlu meregangkan otot sebelum berenang.

3. Murid-murid boleh masuk ke dalam kolam tanpa pengawasan guru.

4. Papan karibas digunakan sebagai alat apungan.

5. Murid-murid tidak dibenarkan berehat di tepi kolam apabila penat.

6. Terdapat dua posisi tendangan karibas iaitu telentang dan meniarap.

7. Aktiviti membilas badan sebelum masuk ke dalam kolam tidak digalakkan.

8. Kita perlu menahan nafas apabila masuk ke dalam air kolam.

9. Guru akan membimbing semasa melakukan tendangan karibas.

10. Kita perlu memakai pakaian yang sesuai untuk berenang.