



Si Kanggaru dan Si Arnab

Susan sedang belajar kemahiran menghambur, iaitu melonjakkan tubuh dengan menggunakan tangan atau kaki.

HAMBUR KAKI

Hambur kaki dari aras tinggi ke aras rendah.

Hambur kaki dari aras rendah ke aras tinggi.

Semasa melakukan , kurang daya digunakan.

Semasa menghambur , daya yang lebih banyak dan sesuai dengan jisim badan digunakan.



Nota Guru

1. Variasikan alatan menghambur mengikut kesesuaian.

1.2.1, 1.2.2, 2.2.1, 5.1.3