

**PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 4  
LITAR LUMBA (LARI BERHALANGAN)**

**NAMA:**

**KELAS:**

**Arahan: Nyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi acara lari berhalangan.**



besar	berkurangan	langkah	ketinggian	kelajuan
-------	-------------	---------	------------	----------

1. Mengekalkan \_\_\_\_\_ larian.
2. Mendapatkan jumlah \_\_\_\_\_ tekal setiap kali melepasi halangan.
3. Jumlah langkah yang \_\_\_\_\_ akan menyebabkan jumlah langkah di antara halangan \_\_\_\_\_.
4. \_\_\_\_\_ atlet juga mempengaruhi acara lumba lari berhalangan.