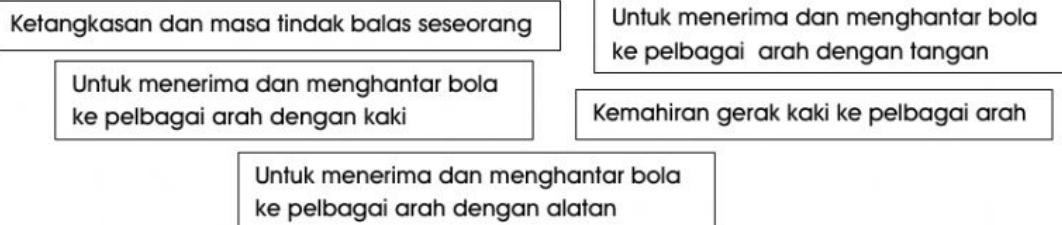


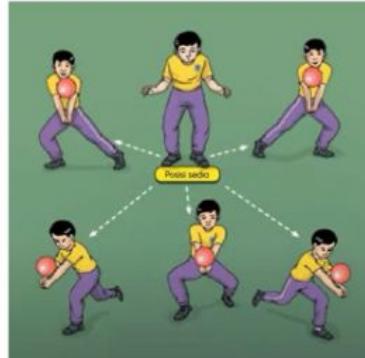
PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 4

UNIT 4 : SEDIA BERTARUNG

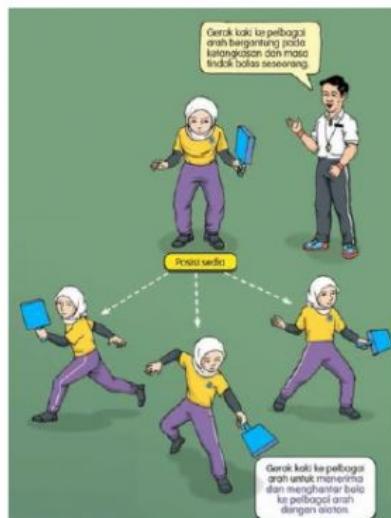
LATIHAN : Pilih jawapan yang sesuai, Tarik dan letakkan di tempat yang betul.



1. Apakah nama kemahiran di sebelah?



2. Apakah tujuan gerak kaki ke pelbagai arah untuk kemahiran di sebelah?



3. Apakah tujuan gerak kaki ke pelbagai arah untuk kemahiran di sebelah?

4. Gerak kaki ke pelbagai arah bergantung kepada apa?

5. Apakah tujuan gerak kaki ke pelbagai arah untuk kemahiran di sebelah?



Apakah latihan untuk meningkatkan ketangkasan dalam kemahiran gerak kaki? (rujuk video yang diberi)

Pilih jawapan yang sesuai. Tarik masukkan ke dalam kotak kosong.

Lari ulang-alik sambil menyentuh tiang

Lompat kuadran

Lompat balak

Lompat menepuk kaki

Lompat halangan sisi

