

UNIT 5
REKREASI DAN KESENGGANGAN
(Permainan Bola Kecergasan)

Bil	Soalan	Pilihan Jawapan
1.	Bola kecergasan (<i>fit ball</i>) diperbuat daripada _____ 35cm hingga 85cm dan mengandungi angin.	aktiviti permainan bola kecergasan seperti permainan
2.	Bola ini sering kali digunakan untuk terapi _____	enam hingga 12 orang.
3.	Bola latihan untuk _____.	fizikal
4.	Antara aktiviti yang boleh dilakukan dengan bola kecergasan ialah _____ Pukul Golek dan Bola Lantunan.	plastik lembut yang mempunyai ukur lilit
5.	Permainan ini dimainkan oleh sekumpulan pemain sekurang-kurangnya _____.	atlet