Pendidikan Jasmani dan Kesihatan

KSSRPK Tahun 6 Mawar

PPKI SK Danau Kota

A) Pembelajaran hari ini berkaitan IMBANGAN. Imbangan merupakan salah satu dalam pergerakan BUKAN LOKOMOTOR. Murid akan mempelajari pelbagai jenis imbangan melalui slide dan video pembelajaran yang ditunjukkan di bawah.

LIVEWORKSHEETS

Kita boleh melakukan pelbagai aktiviti imbangan.
Perhatikan aktiviti-aktiviti imbangan seperti yang di bawah.

Imbangan dirian bangau

Imbangan skala dengan alatan

Imbangan sisi dengan alatan

Imbangan skala atas bangku

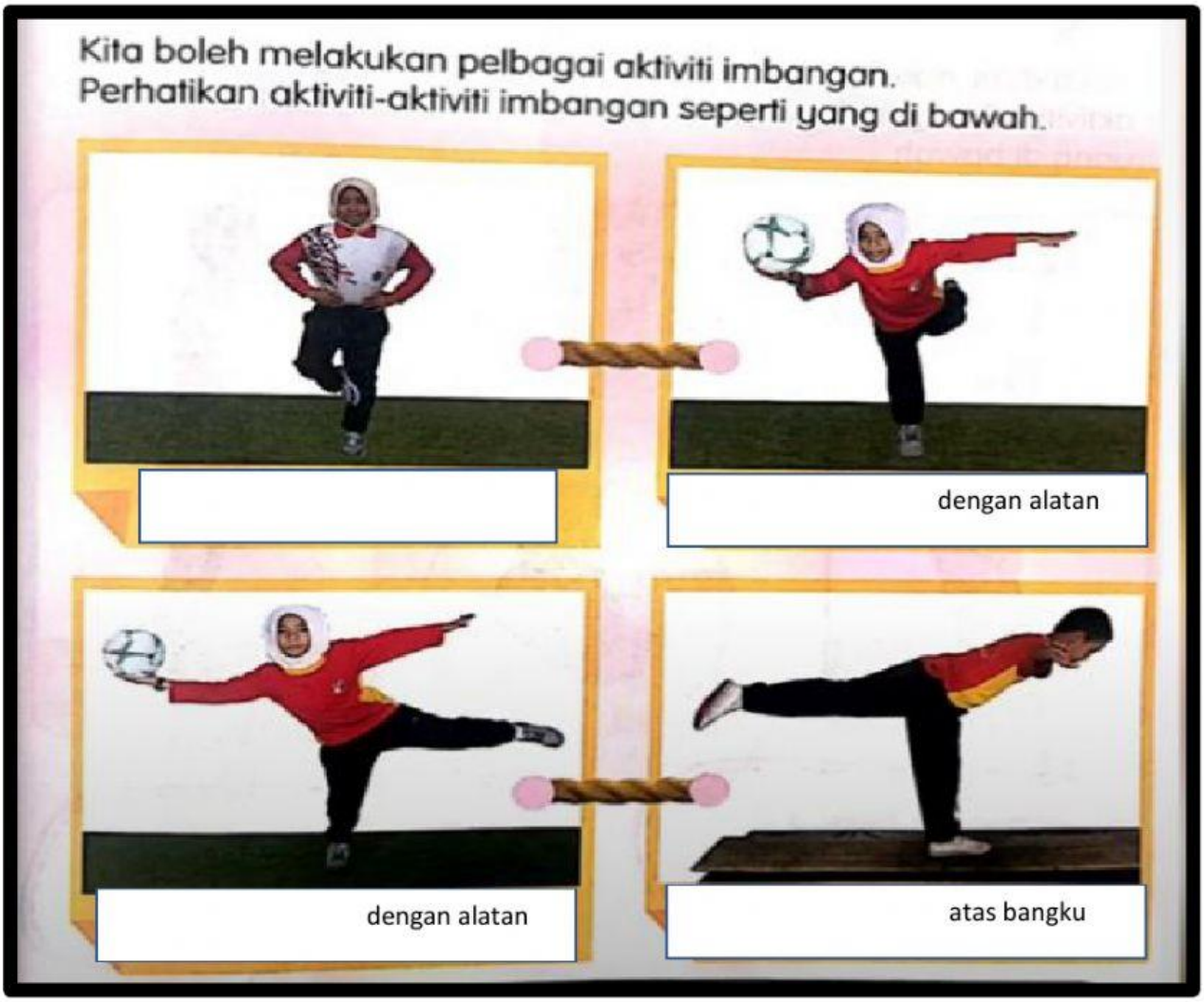
LIVEWORKSHEETS

Fleksi Dorsi dan Fleksi Plantar

LIVEWORKSHEETS

LATIHAN

ARAHAN : Lengkapkan tempat kosong dengan jawapan yang betul



LIVEWORKSHEETS

Fleksi dorsi dan fleksi plantar merupakan lakuan dalam aktiviti imbangan. Tiru lakuan imbangan rakan kamu seperti yang di bawah.

Imbangan fleksi dorsi
ialah lakuan berdiri di atas

Imbangan fleksi plantar
ialah lakuan berdiri di atas

LIVEWORKSHEETS