

Tajuk : Konsep Kecergasan.
Objektif : Murid boleh membezakan kadar denyutan nadi sebelum dan selepas aktiviti fizikal.
Arahan : Pilih jawapan yang betul.

Nama :

Tarikh :

1.



Kadar nadi menaik



Kadar nadi menurun



2.



Kadar nadi menaik



Kadar nadi menurun



3.



Kadar nadi menaik



Kadar nadi menurun



4.



Kadar nadi menaik



Kadar nadi menurun



5.



Kadar nadi menaik



Kadar nadi menurun

