

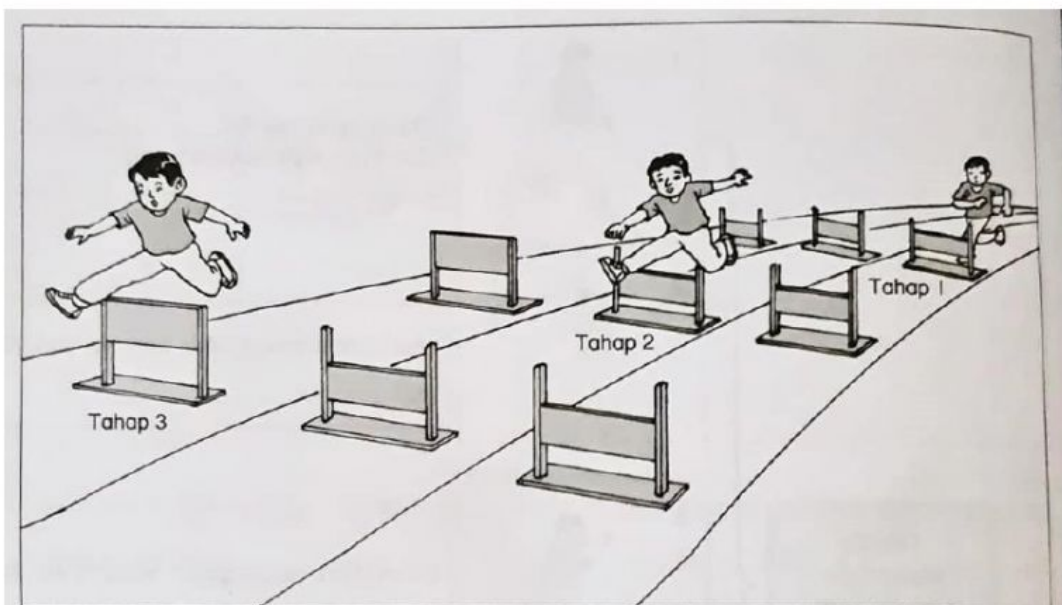
NAMA : _____ KELAS : _____ TARIKH : _____

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 6

UNIT 4 : JUARA OLAMHARA

TAJUK : RITMA TIGA LANGKAH

Arahan : Lengkapi tempat kosong dengan jawapan yang betul. (Rujuk buku teks halaman 48)



Ritma Tiga Langkah

Arahan:

1. Murid memulakan larian pantas dan cuba melepasi tiga _____ yang sekata jarak dan ketinggiannya, iaitu tahap 1, tahap 2 dan tahap 3.
2. Murid perlu mengawal _____ larian secara tekal supaya dapat melangkah dengan ritma sekata.
3. Murid perlu berlari tiga _____ di antara halangan dan melangkah halangan pada langkah yang keempat.
4. Murid perlu lakukan teknik yang sesuai sewaktu _____ halangan.
5. Murid yang tiba di tahap ketiga terlebih dahulu ialah _____.