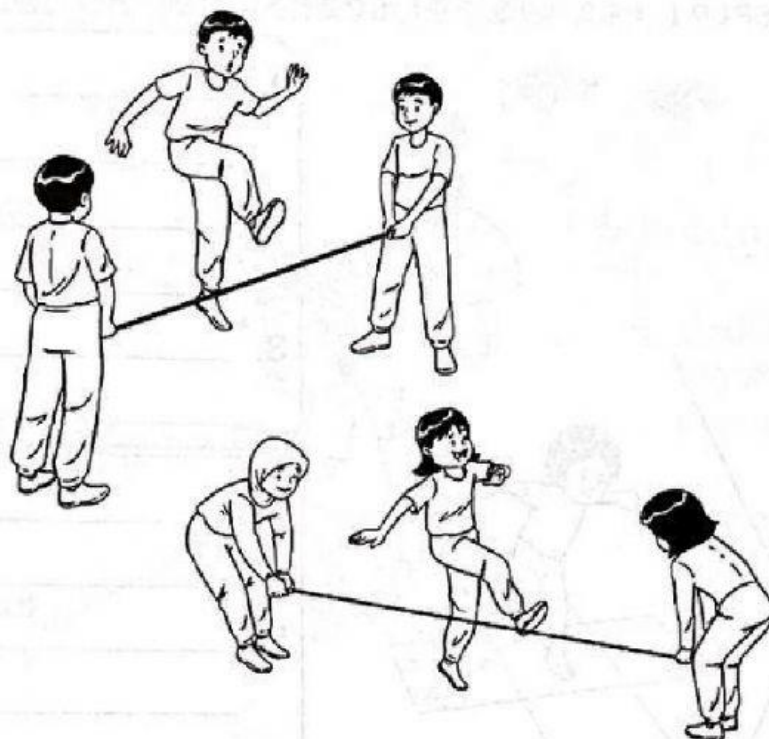


UNIT 6: Olahragawan Harapan

Buku Teks: m.s. 33 – 39

PBD HALANGAN BERTINGKAT

Isikan tempat kosong dengan jawapan yang betul. SPI.9.4, 2.9.2, 5.2.2



1. Gunakan _____ kaki untuk melonjak.

bebola

tumit

tapak

2. Gunakan kaki _____ untuk melonjak.

kanan

kiri

dominan

3. Lakukan lompatan mengikut _____ diri.

kekuatan

keupayaan

ketinggian

4. Tingkatkan aras _____ halangan mengikut _____ diri.

kemampuan

ketinggian

kebolehan