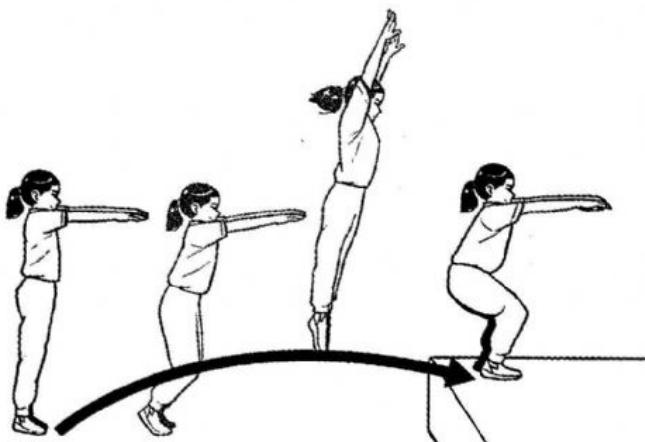


SI KANGGARU DAN SI ARNAB

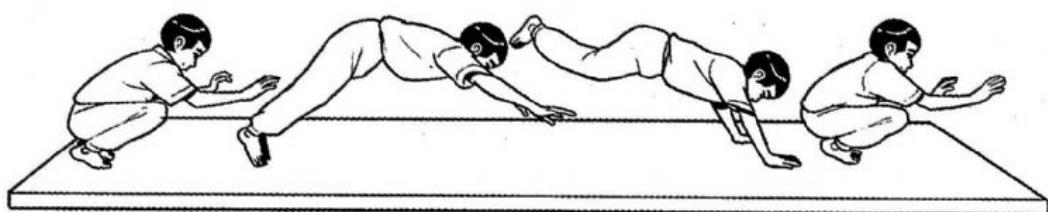
Pilih jawapan yang betul pada aktiviti hambur di bawah ini.

Hambur kaki dari aras rendah ke aras tinggi



1. Berdiri (tegak , regang).
2. Fleksi (pinggang , lutut) dan hayun (tangan, kaki) ke belakang.
3. (Hambur , layang) ke atas sambil (tarik , hayun) tangan ke atas.
4. Mendarat atas kedua-dua belah (tangan , kaki) dengan lutut (fleksi , lurus).

Hambur tangan pada alatan rendah



5. Dekam atas kedua-dua belah (kaki , lutut).
6. (Hambur , layang) ke atas sambil (luruskan , depakan) tangan ke hadapan.
7. Mendarat atas kedua-dua belah (tangan , kaki) dan diikuti dengan kedua-dua belah (tangan , kaki).
8. Kembali kepada kedudukan (duduk , dekam).