PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 5

UNIT 7 : PELAJARI ASAS AKUATIK

NAMA : _____ **KELAS :** _____ **TARIKH :** _____

Tajuk : Tenggelam Timbul

ARAHAN : Rujuk **buku teks halaman 49**. Isikan tempat kosong dengan jawapan yang betul.

Masuk ke dalam air dan menghembus nafas melalui hidung

Berdiri dengan kepala berada di atas permukaan air dan tarik nafas

Tapak tangan menolak air dari atas ke bawah sambal melonjak

Berdiri sedia dalam air dengan kepala di atas permukaan air dan tarik nafas

Melonjak untuk timbul ke permukaan air sambil bergerak ke hadapan

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

CIKGU ROSLEEN

LIVEWORKSHEETS