

Nama: _____

Kelas: _____

Kertas soalan ini mengandungi lima soalan. Sila jawab semua soalan di ruangan yang disediakan. Pastikan anda menjawab soalan dengan betul dan tepat.

Lengkapkan jadual dengan menyenaraikan aktiviti berikut mengikut kemahiran.

lompat tali	bola sepak	lompat katak	bola jaring
berjoging	bola baling	lompat jauh	ketingting
berskip	tarik upih	hambur	lontar peluru
badminton	rejam lembing	rondas kriket	

Lompatan	Larian	Balingan
1.	6.	11.
2.	7.	12.
3.	8.	13.
4.	9.	14.
5.	10.	15.

Tuliskan **BETUL** atau **SALAH** pada pernyataan berikut.

1. Tendangan karibas bermula dari pangkal peha.

2. Murid-murid perlu meregangkan otot sebelum berenang.

3. Murid-murid boleh masuk ke dalam kolam tanpa pengawasan guru.

4. Papan karibas digunakan sebagai alat apungan.

5. Murid-murid tidak dibenarkan berehat di tepi kolam apabila penat.

6. Terdapat dua posisi tendangan karibas iaitu telentang dan meniarap.

7. Aktiviti membilas badan sebelum masuk ke dalam kolam tidak digalakkan.

8. Kita perlu menahan nafas apabila masuk ke dalam air kolam.

9. Guru akan membimbing semasa melakukan tendangan karibas.

10. Kita perlu memakai pakaian yang sesuai untuk berenang.