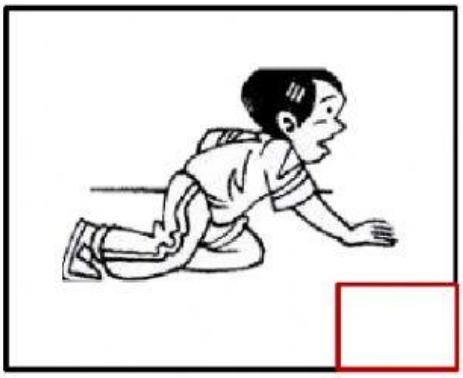
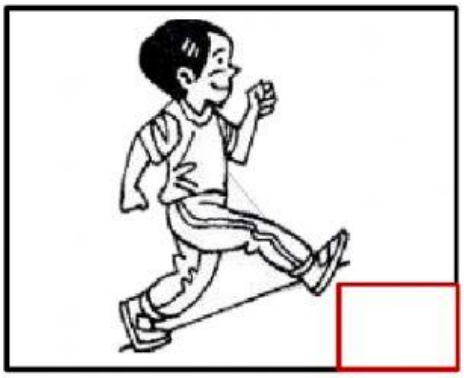
Nama : Kelas : 1

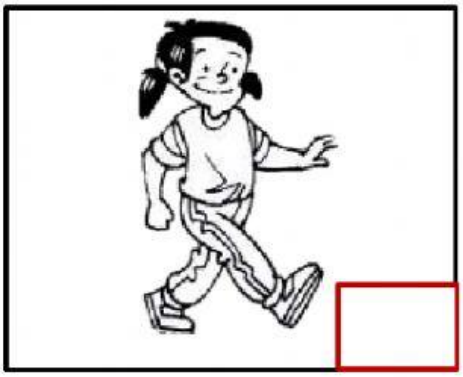
PENDIDIKAN JASMANI DAN PENDIDIKAN KESIHATAN

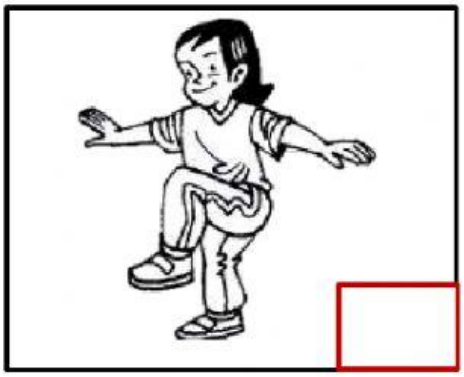
TAHUN 1 2021

A. Tandakan (/) bagi pergerakan yang laju dan (X) bagi pergerakan yang tidak laju. (8 markah)

1. 

2. 

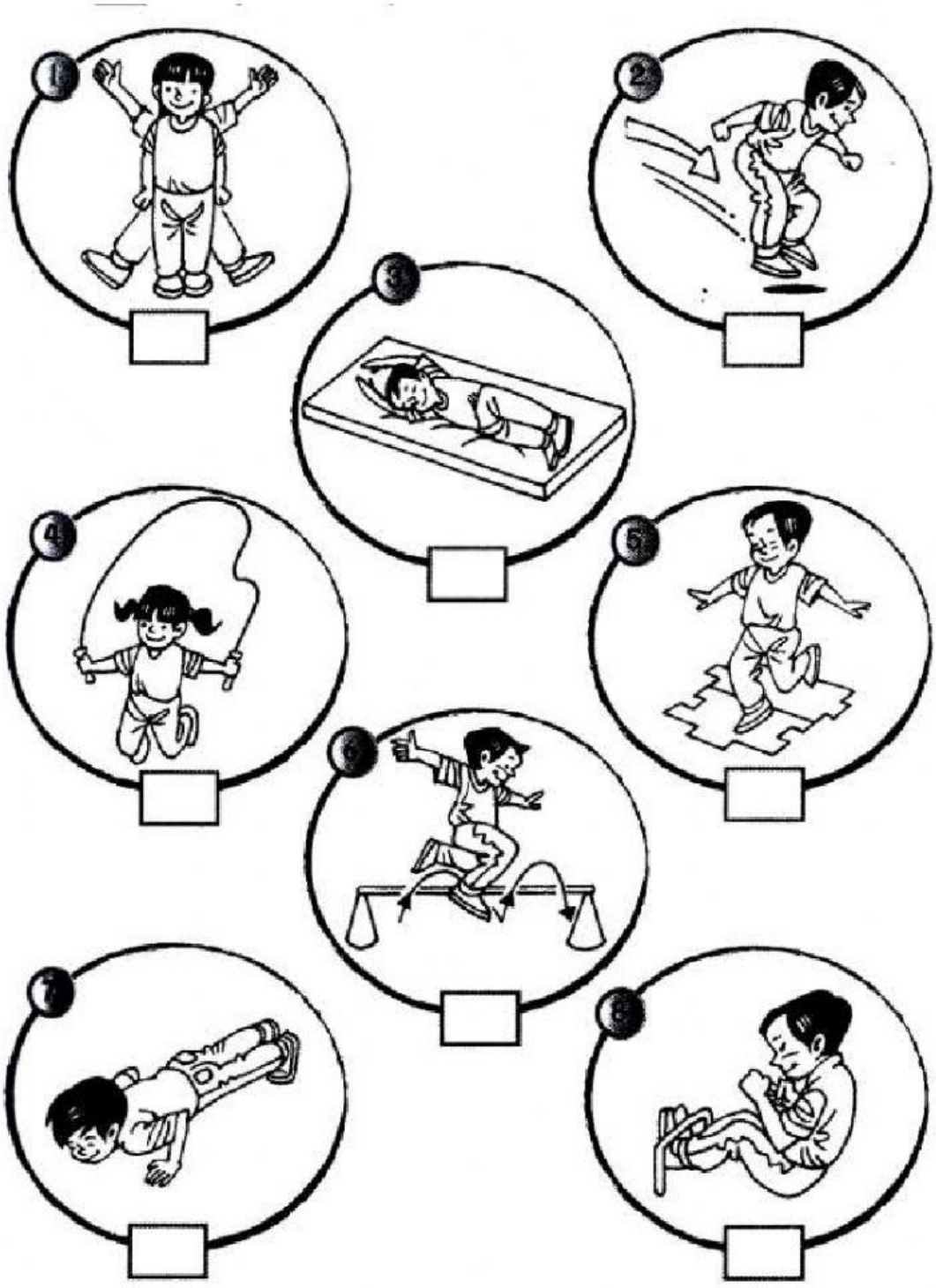
3. 

4. 

LIVEWORKSHEETS

B. Tandakan (/) pada gambar lompatan dan (x) pada gambar bukan lompatan.

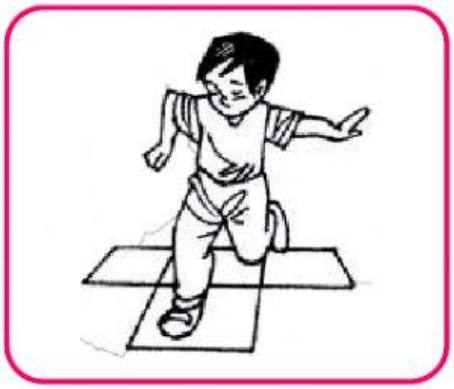
(16 Markah)



LIVEWORKSHEETS

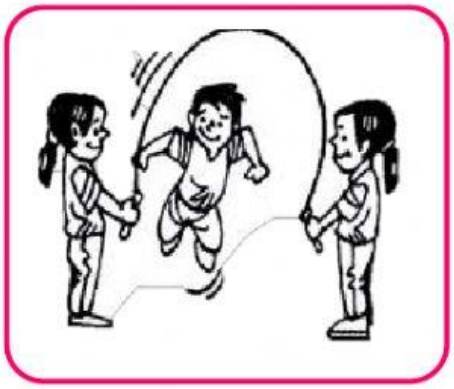
C. **Padankan gambar dengan nama aktiviti lompatan yang betul. (6 markah)**

1.



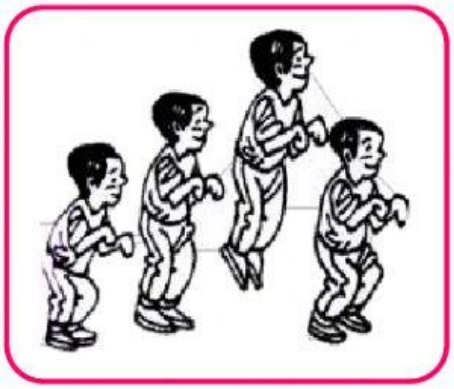
Lompat kangaru

2.



Lompat tali

3.



ketinting

LIVEWORKSHEETS

D. Nyatakan *betul* atau *salah* bagi penyataan yang berikut. (10 markah)

1. Berjoging dengan memakai selipar.
2. Berenang boleh menguatkan jantung.
3. Badan sihat jika kita selalu bersenam.
4. Bermain bola sepak di kawasan kantin.
5. Sentiasa mematuhi arahan guru ketika bersenam.

E. Gariskan jawapan yang betul. (10 markah)

1. Apabila sakit, kita berjumpa
2. di makan ketika kita berasa sakit.
3. Buah-buahan mesti ebelum makan.
4. Ubat mesti disimpan dalam
5. Kita perlu makan makanan yang

KERTAS SOALAN TAMAT

LIVEWORKSHEETS