PENDIDIKAN JASMANI

Tandakan **YA** pada penyataan betul atau **TIDAK** pada penyataan salah.

1.	Aktiviti seperti berlari , bermain bola dan menunggang basikal dapat meningkatkan tahap kecergasan dan kesihatan kita.	
2.	Kita tidak perlu melakukan aktiviti memanaskan badan dan meregangkan otot sebelum memulakan senaman.	
3.	Setiap kali bersenam , saya memakai pakaian dan alatan yang sesuai demi keselamatan diri.	
4.	Ahmad menggunakan bola tampar dalam permainan bola sepak bersama rakannya.	
5.	Dalam permainan bola sepak, hanya penjaga gol sahaja yang dibenarkan menangkap bola.	
6.	Permainan futsal adalah sejenis permainan berpasukan yang diubahsuai daripada permainan bola sepak.	
7.	Kemahiran menghantar dan menyambut bola adalah amat penting dalam permainan hoki.	
8.	Aminah suka menunggang basikal dengan laju dan sering tidak memakai topi kelendar.	
9.	Kita perlu minum sekurang-kurangnya lapan gelas air sehari untuk mengelakkan badan kita kekurangan air.	
10.	Selepas aktiviti bersenam , peralatan sukan hendaklah diletakkan dan disusun di tempat yang betul.	

LIVEWORKSHEETS