

Namakan aktiviti yang ditunjukkan di dalam gambar.

Guling belakang

Imbangan sisi

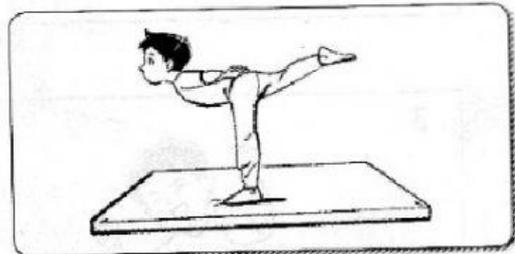
Imbangan skala

Genggam atas dan bergayut

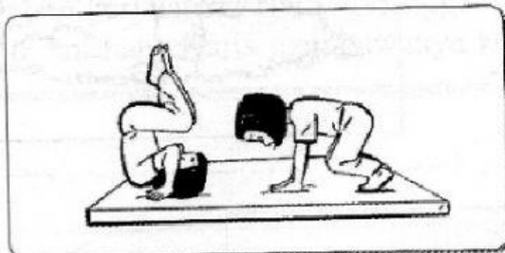
Hambur dari aras rendah ke aras tinggi



1



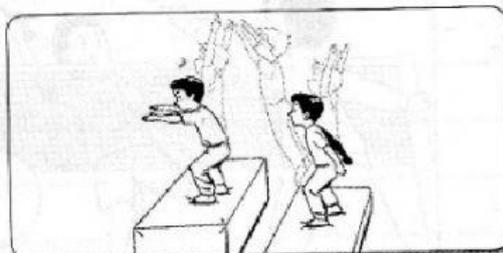
2



3

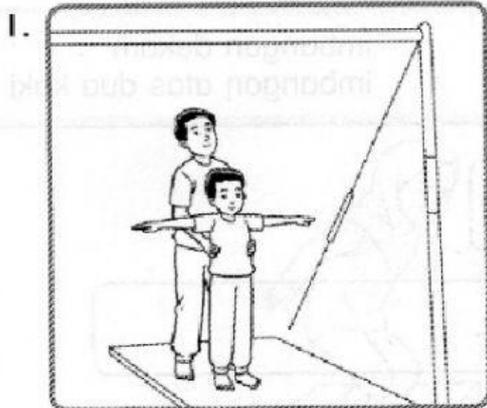


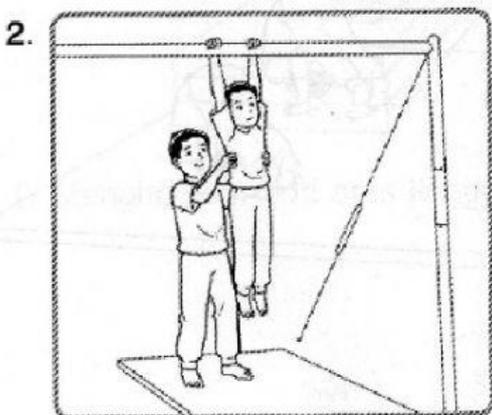
4

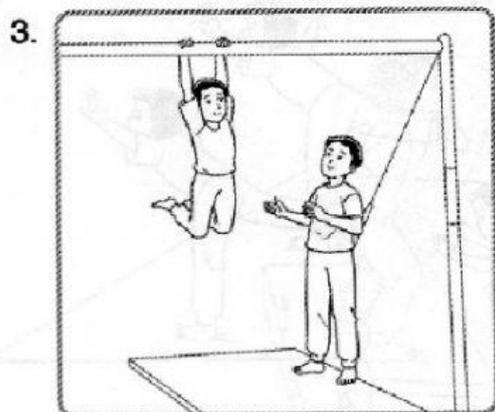


5

Lakukan aktiviti bergayut seperti dalam gambar. Padankan gambar dengan lakuan yang betul.







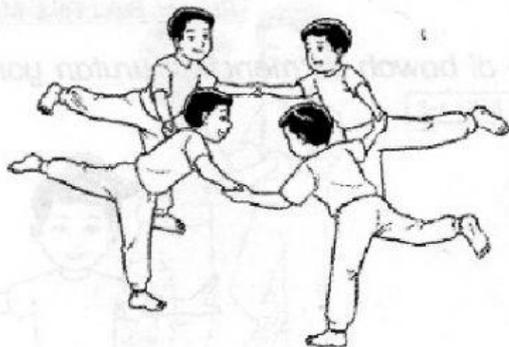
Bergayut dengan genggamannya atas, badan dan kaki tegak

Bersedia, berdiri tegak, dan tangan dilepaskan

Bergayut dengan posisi badan lurus dan lutut fleksi

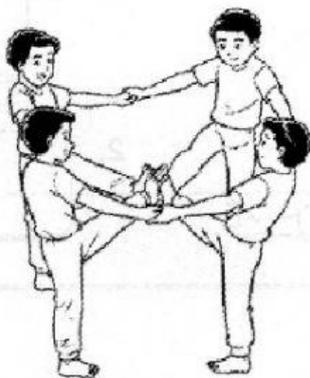
G. Lakukan imbangan yang berikut secara berkumpulan. Kemudian padankan gambar dengan nama imbangan yang betul.

1.



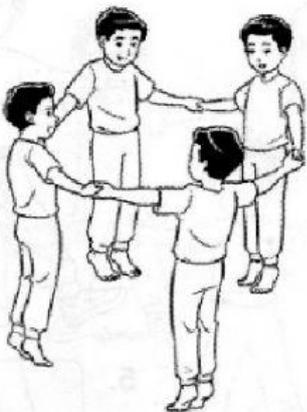
Imbangan atas hujung kaki

2.



Imbangan skala hadapan

3.



Imbangan skala belakang

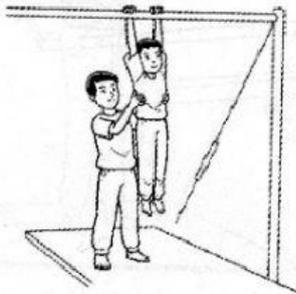
Padankan gambar dengan nama pergerakan yang betul.

1.



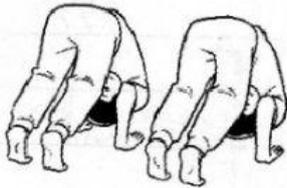
Mengguling

2.



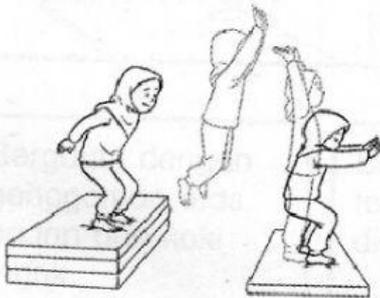
Menghambur

3.



Bergayut

4.



Imbangan