



Haris: Tarikh:

GIMNAS TERBILANG

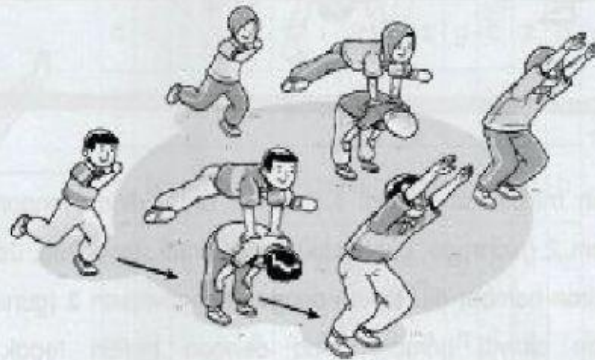
Rujukan Buku Teks M.S. 1 - 8



MODUL PBD PRAKTIS DSKP

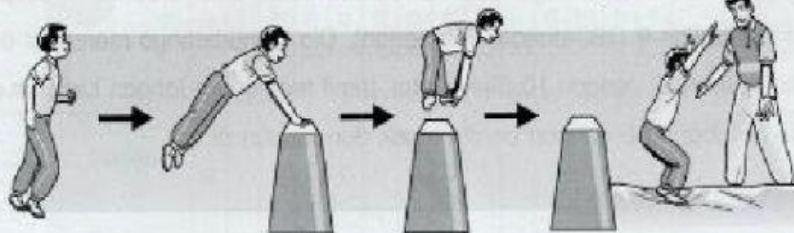
✓ Pelombol Cemerlang

Bulatkan jawapan yang menunjukkan perlakuan yang betul bagi aktiviti melombol kangkang dalam rajah di bawah ini. SPI.1.1, 1.2.1 **TER**



1. Berlari ke arah rakan yang membongkok dan lakukan _____ kangkang.
A melintas
B lombol

2. Mendarat dengan kedua-dua belah kaki _____ dan ayun tangan dari atas ke hadapan
A serentak
B berasingan



3. Lari _____ ke arah peti lombol
A landas
B pecut
4. _____ dengan kedua-dua belah kaki dan tangan di atas peti lombol
A Lompat
B Lanjak

5. Kaki _____ luas dan melepasi peti lombol
A ayun
B buka
6. Mendarat dengan kedua-dua belah kaki sambil _____ lutut.
A fleksi
B tegak