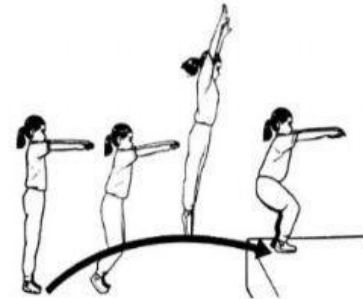


Seret pilihan jawapan dengan betul pada aktiviti hambur di bawah.
(SP 1.2.2 , 2.2.2 dan 5.1.3)

lutut	tegak
atas	kaki
tangan	fleksi

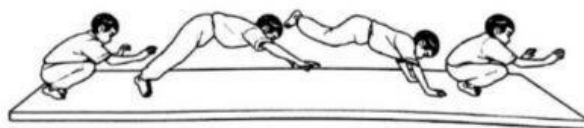
Hambur kaki dari aras rendah ke aras tinggi



1. Berdiri _____.
2. Fleksi _____ dan hayun _____ ke belakang.
3. Hambur ke atas sambil hayun tangan ke _____.
4. Mendarat atas kedua-dua belah _____ dengan lutut _____.

kaki	tangan	luruskan	dekam
------	--------	----------	-------

Hambur tangan pada alatan rendah



1. Dekam atas kedua-dua belah _____.
2. Hambur ke atas sambil _____ tangan ke hadapan.
3. Mendarat atas kedua-dua belah _____ dan diikuti kedua-dua belah kaki.
4. Kembali kepada kedudukan _____.