

Nama

Kelas

LARIAN ANEKA JARAK



Tuliskan BETUL pada pernyataan teknik berlari yang betul, dan SALAH pada pernyataan yang salah.

1. Berlari pantas dengan menggunakan tumit.
2. Mata pandang ke hadapan semasa berlari.
3. Tangan kiri di hadapan, kaki kanan di belakang semasa berlari.
4. Tangan kanan di hadapan, kaki kiri di belakang semasa berlari.
5. Tangan kanan di hadapan, kaki kanan di belakang semasa berlari.
6. Gunakan bebola kaki semasa berlari dengan laju.



Padankan kelajuan pergerakan haiwan di bawah. Seretkan ke dalam kawasan yang betul



Pantas

Perlahan



Pantas

Perlahan



Pantas

Perlahan

