

LOMPAT MELEPASI HALANGAN

NAMA:

KELAS:

TARIKH:

A) Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul.

belakang	badan	kaki	melonjak	lompat tinggi
----------	-------	------	----------	---------------

Lompat Melepati Halangan yang Rendah	Lompat Melepati Halangan yang Tinggi
--------------------------------------	--------------------------------------

1. Kita mesti mendarat dengan menggunakan sebelah _____ apabila melompat melepasi halangan yang rendah.
2. Kita perlu mendarat dengan menggunakan bahagian _____ apabila melompat melepasi halangan yang tinggi.
3. Kemahiran melepasi halangan memerlukan kemahiran asas seperti _____ dan melayangkan _____.
4. Lompat melepasi halangan merupakan asas kepada acara _____.
- 5) Nyatakan nama aktiviti-aktiviti di bawah.

