



Pendidikan Jasmani : Tahun 3

Unit 6 : Lontaran gemilang



Tonton video



Rujuk buku teks PJPK



muka surat 39





Pendidikan Jasmani : Tahun 3

Unit 6 : Lontaran gemilang



Jawab soalan

1. Padankan



Lempar cakera



Lontar peluru



Rejam lembing

2. Susun langkah melempar cakera

1



2



3



kilas pinggul

lempar

luruskan tangan





Pendidikan Kesihatan : Tahun 3

Unit 12 : Snek pilihan tepat



Tonton video



Rujuk buku teks PJKP



muka surat 91





Pendidikan Kesihatan : Tahun 3

Unit 12 : Snek pilihan tepat



Padankan

1



membantu kecerdasan

2



membantu tumbesaran

3



mengekalkan kesihatan

4



membekalkan tenaga

