

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 6
UNIT 6 RIANG REKREASI (ELAK UNTUK SELAMAT)

NAMA :

Permainan libat merupakan permainan yang menguji kepantasan berlari dan kecekapan seseorang mengelak daripada disentuh oleh pengejar. Murid boleh merujuk buku teks PJ Tahun 6. Latihan ini untuk aktiviti pengukuhan terhadap pembacaan sendiri di rumah. Selamat belajar.

ARAHAN: Suaikan kenyataan di bawah dengan gambar yang betul.

Lakukan undian untuk menentukan pengejar.



Lari pantas untuk mengelak disentuh pengejar. Sesiapa yang disentuh pengejar akan menjadi pengejar baharu.



Angkat kedua-dua belah tangan atau pegang pokok atau tiang dan jerit "berhenti" untuk menyelamatkan diri.



Jika tiada pemain yang berjaya disentuh pengejar, undian diadakan untuk menentukan pengejar baharu. Semua pemain akan duduk dan bersedia untuk bangun. Pengejar membilang nombor. Pemain yang paling lambat bangun akan menjadi pengejar baharu.



ARAHAN : Isi tempat kosong dengan perkataan yang tepat.

1. Lakukan untuk menentukan pengejar.
2. Lari untuk mengelakkan pengejar. Sesiapa yang disentuh pengejar akan menjadi baharu.
3. Angkat belah tangan atau pegang pokok atau tiang dan jerit 'berhenti' untuk diri.
4. Jika ada pemain yang Berjaya disentuh undian diadakan untuk menentukan pengejar baharu. Semua pemain akan duduk dan bersedia untuk bangun. Pengejar membilang Permainan yang paling bangun akan menjadi pengejar baharu.

