PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 2

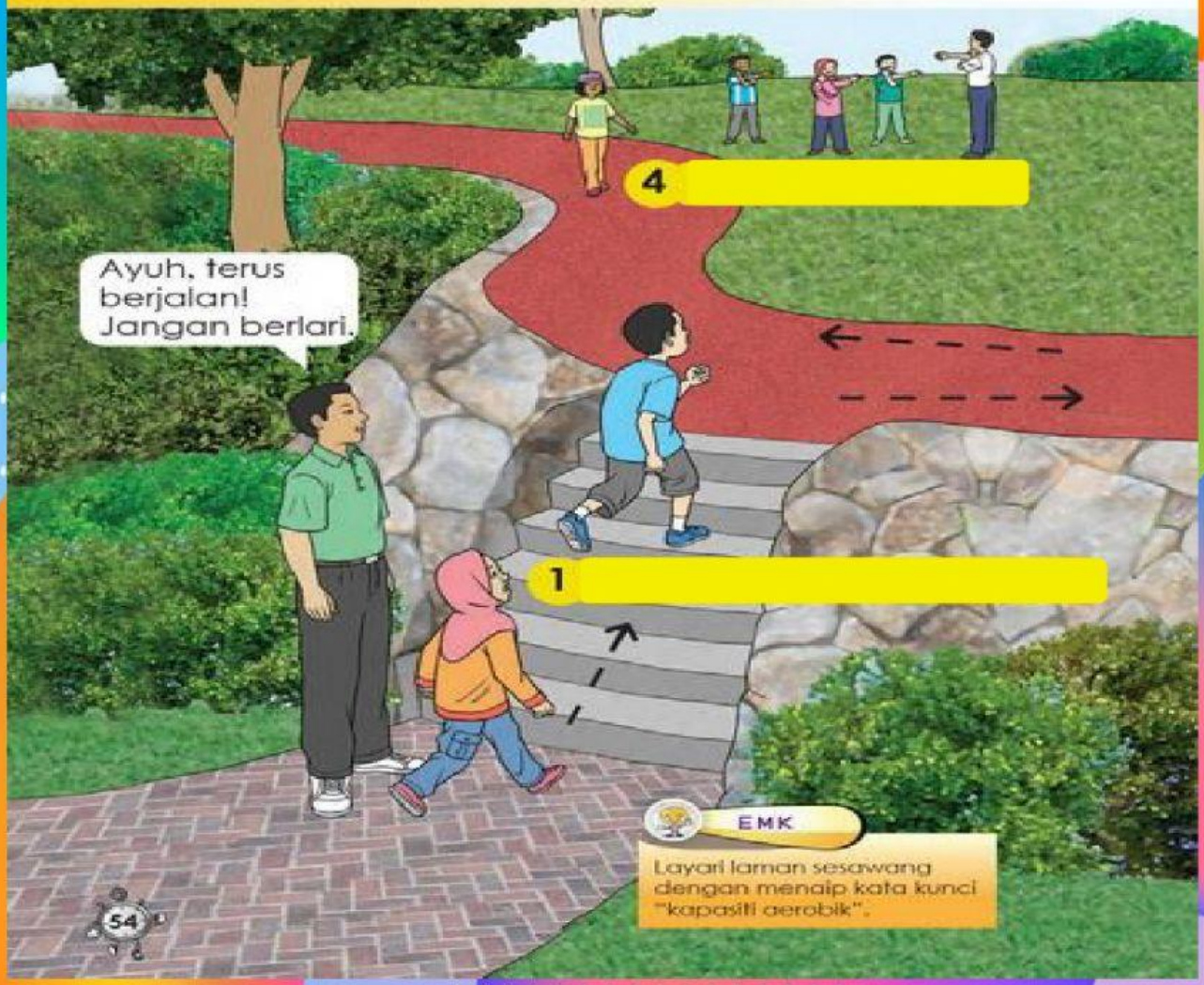
JANTUNG SIHAT

NAMA:

ARAHAN: Pilih aktiviti yang betul berdasarkan gambar.

Jantung Sihat

Mari lakukan aktiviti untuk menguatkan jantung kita.



LIVEWORKSHEETS

ASPEK KESELAMATAN

Pakai pakaian yang sesuai semasa melakukan aktiviti untuk mengurangkan risiko kecederaan.

NOTA GURU

3.2.1
4.2.1
5.3.1

- Bimbing murid mengambil kadar nadi sebelum dan selepas aktiviti.

LIVEWORKSHEETS