CIKGU SAIDA

KERIBAS BERTENAGA

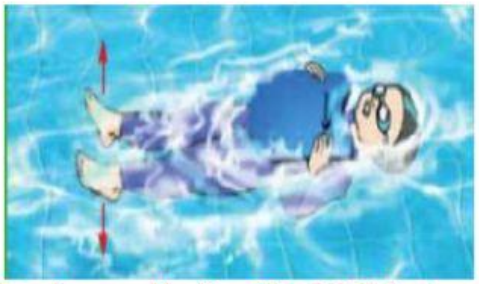
UNIT 7

PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 3

Arahan: Leretkan jawapan pada kotak yang betul mengikut kemahiran tendangan keribas posisi meniarap dan posisi terlentang.

atas	dalam	pangkal paha	telentang
atas dada	hadapan	sendi pinggul	meniarap

Tendangan Keribas Posisi Meniarap



Tendangan Keribas Posisi Telentang

Keadaan muka berada di air	Keadaan muka berada di permukaan air
Posisi badan dan mata pandang ke bawah	Posisi badan dan pandang ke atas
Posisi papan keribas di	Posisi papan keribas di
Tendangan keribas bermula dari	Gunakan untuk melakukan tendangan keribas

LIVEWORKSHEETS