

PENDIDIKAN JASMANI
(SIHAT PERKASA)

NAMA :

TAHUN 6:

Arahan : Sila lengkapkan tempat kosong dengan jawapan yang tepat.

1.Kekuatan otot ialah otot melakukan aktiviti untuk mengatasi atau beban dengan menggunakan daya yang maksimum.

2.Daya tahan otot pula bermaksud kemampuan otot melakukan aktiviti kali dalam jangka masa yang

OTOT-OTOT BESAR MANUSIA

