

KUIZ PENDIDIKAN JASMANI TAHUN 2

DAYA TAHAN DAN KEKUATAN OTOT

Nama :

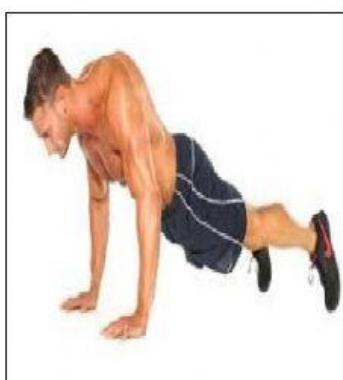
Arahan : Padangkan aktiviti berikut dengan otot yang terlibat.



- Otot Betis
- Otot Pinggang



- Otot Peha
- Otot Belakang



- Otot Abdomen
- Otot Tangan dan Dada

