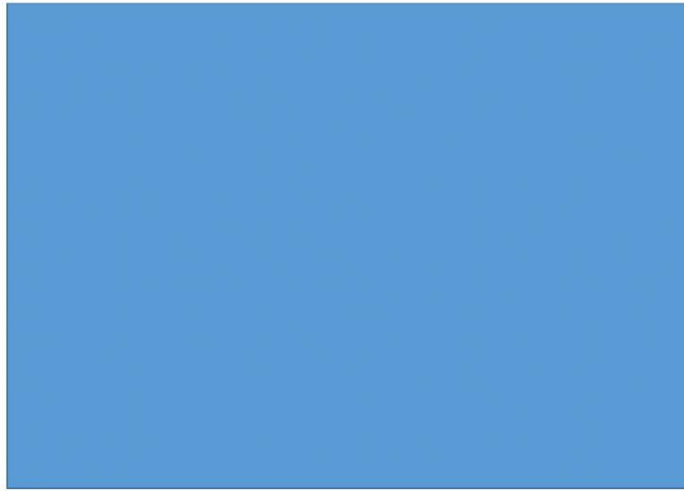
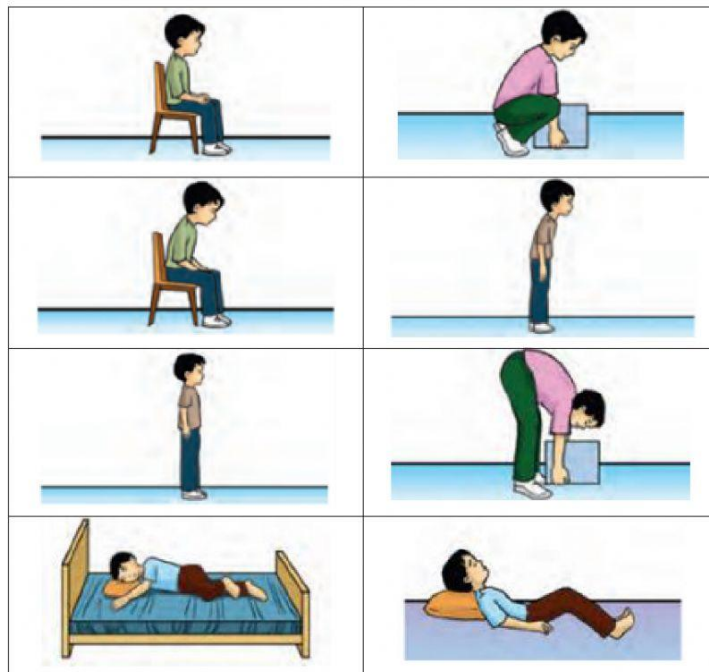


Tonton video di bawah dan jawab semua soalan yang telah disediakan.



a) Pilih gambar yang menunjukkan **postur badan yang BETUL**.



b) Padankan dengan jawapan yang betul.

Tidur	●	Bentuk tubuh semasa berdiri, berjalan dan mengangkat barang.
Postur	●	Melelapkan mata dan merehatkan badan.
Rehat	●	Berhenti sementara daripada melakukan aktiviti fizikal dan mental.