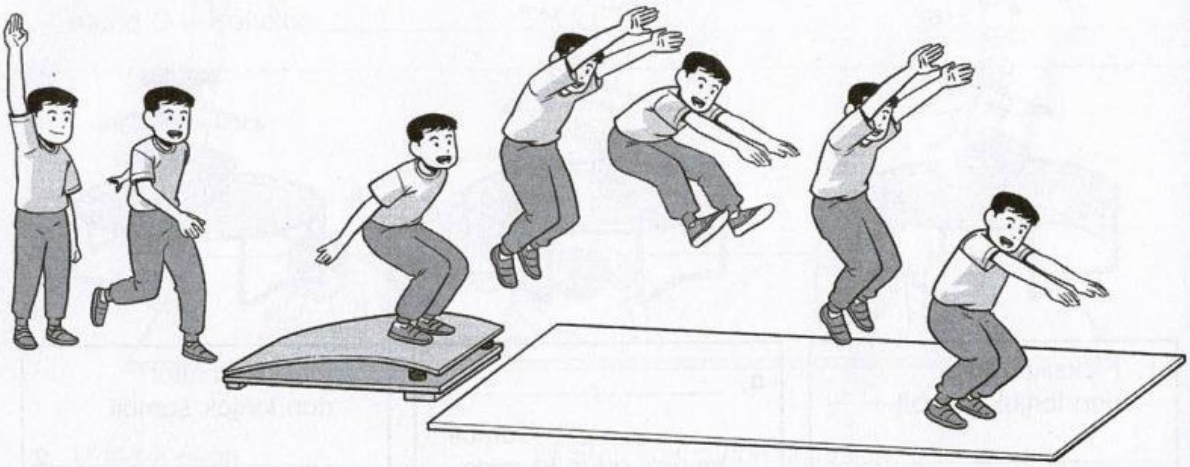
Nama: ..... Kelas: ..... Tarikh: .....

PBD Formatif **Lompat Layangan** Buku Teks: m.s. 5

Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul berkaitan aktiviti lompat layangan. Kemudian, lakukan aktiviti ini dengan pengawasan guru. SP1.2.1, 2.2.1, 5.1.4 TP2 TP3

ayun tangan ke atas	melonjak dengan dua belah kaki	fleksikan lutut
pengawasan guru	berdiri tegak	mendarat atas
papan anjal dan tilam gimnastik	pantas dan terkawal	



1. Lompat layangan dilakukan dengan menggunakan _____.
2. Mulakan dengan larian landas yang _____.
3. Kemudian, _____ di atas papan anjal.
4. Hambur dengan kedua-dua belah kaki sambil _____.
5. _____ kedua-dua belah kaki serentak di atas tilam gimnastik.
6. Semasa mendarat _____ dan tangan lurus ke hadapan.
7. Seterusnya _____ dengan kedua-dua belah tangan rapat di sisi.
8. Lakukan aktiviti lompat layangan dengan _____.

LIVEWORKSHEETS