

## MENDATAR

1. Posisi statis (bertahan atau diam) yang stabil menggunakan tenaga tangan, lengan, atau anggota badan lainnya agar tubuh serta bahu berada di atas permukaan matras atau alat disebut.....
2. Gerakan saat tubuh berada di udara disebut.....
3. Berdiri dengan kedua tangan disebut.....
4. Pada waktu berguling ke depan, posisi dagu menempel pada
5. Gerakan yang dilakukan dengan melompati peti lompat dengan posisi kaki terbuka lebar ke kanan dan kiri disebut.....

## MENURUN

2. Penghentian gerak yang terkontrol dari tubuh yang melayang pada saat turun disebut.....
6. Gerak yang dilakukan secara memutar dan berada pada titik poros disebut.....
7. Pola gerak dominan yang menghasilkan perpindahan tubuh secara cepat disebut.....
8. Gerakan yang dilakukan dengan cara berputar ke depan dengan posisi badan membulat dan dilakukan di atas matras disebut.....
9. Gerakan yang dilakukan dengan cara melentingkan badan ke depan atas dengan lemparan kedua kaki dan tolakan kedua tangan. disebut.....

Nama:	Kelas:
-------	--------

