

Materi Pembelajaran Senam Lantai

KELOMPOK 3

Nama:

Kelas:

Lakukan masing-masing step gerak di bawah secara berkelompok untuk melakukan gerak:

1



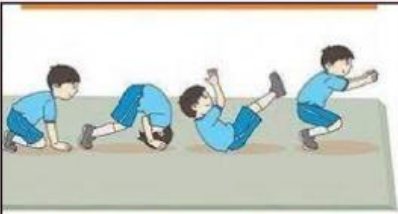
Posisi awal didampingi oleh rekan

2



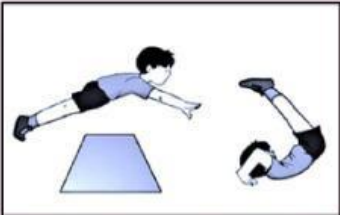
Berguling ke depan

3



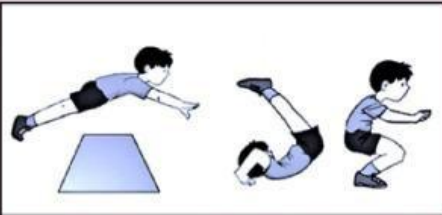
Berguling ke depan dan melakukan gerak akhir

1



Melewati rintangan dan berguling

2



Berguling dengan melewati rintangan dan melakukan posisi akhir

3

Gearakan diawali dengan berlari kemudian berguling dengan melewati rintangan dan melakukan posisi akhir

Identifikasi Gerak

Identifikasi gerak yang sudah dilakukan

Nama Gerak Dasar	Bisa/Belum Bisa	Cara Melakukan

Jelaskan kesulitan yang dialami dalam melakukan gerak dasar guling depan dan lompat harimau