KLS.6

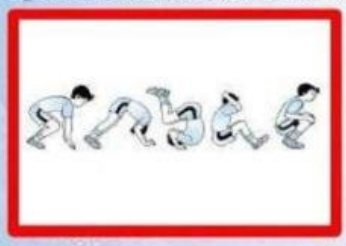
SENAM LANTAI

SD NEGERI 7 SUMBAWA

Nama / Kelas / No/ :

A. Perhatikan Video Di Bawah ini .

B. Kerjakan Soal Senam Lantai Berikut Ini !

1. 

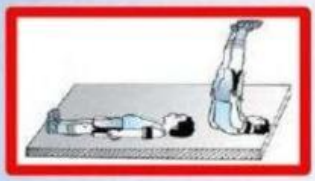
Gambar disamping adalah gerakan ....

a. Guling depan
b. Guling belakang
c. Meroda
d. Kayang

2. Sebelum melakukan gerakan senam lantai sebaiknya diawali dengan gerakan ....

a. pemanasan b. pendinginan c. penguatan d. pengendalian

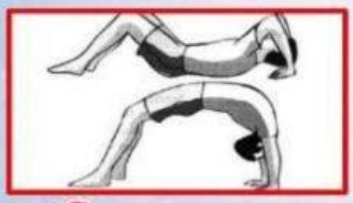
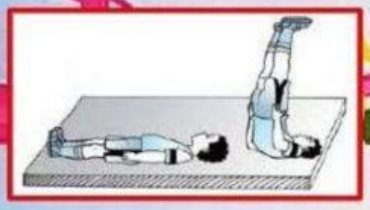
3. Isikan nama yang sesuai dengan gerakan di bawah Ini :





LIVEWORKSHEETS

4. Buatlah Garis ke Jawaban yang Sesuai.

Agar tidak cidera saat berolahraga	SIKAP LILIN
	PEMANASAN
	KAYANG

5. Tariklah jawaban yang sesuai dengan gambar !

GAMBAR	JAWABAN
	
	
	
	

MATRAS

GULING LENTING

MERODA

GULING DEPAN

GULING BELAKANG

6. Berilah tanda centang pada tugas Gerakan Senam Lantai yang anda kuasai!

- ☐ GULING DEPAN
- ☐ GULING BELAKANG
- ☐ GULING LENTING
- ☐ SIKAP LILIN
- ☐ KAYANG
- ☐ MERODA

LIVEWORKSHEETS