

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Lingkup/materi pembelajaran : Aktivitas Bela Diri Pencak Silat

Nama Siswa :

Tanggal :

Fase/Kelas : D / VII

Panduan mengerjakan :

1. Buatlah kelompok masing-masing kelompok terdiri dari 4 orang
2. Murid mempraktikan gerak kuda-kuda dan pukulan dalam pencak silat.
3. Murid mengamati dan mengidentifikasi Gerakan kuda-kuda dan pukulan dalam pencak silat.
4. Setiap anggota kelompok terbagi menjadi menjadi beberapa tugas diantaranya, sebagai orang yang meresume, dan orang yang mempresentasikan hasil pengamatan, sedangkan proses mengamati dan mengidentifikasi dilakukan secara kelompok.

1. Jelaskan bagaimana peran penting pencak silat dalam masa kemerdekaan Indonesia!
2. Jelaskan tentang sejarah singkat berdirinya Ikatan Pencak Silat Seluruh Indonesia IPSI!
3. Jelaskan Urutan melaksanakan gerakan hormat dan salam pembukaan!
4. Identifikasi dan jelaskanlah dimana letak perbedaan dari teknik kuda-kuda yang digunakan sesuai dengan gambar berikut



5. Dalam pencak silat ada salah satu Teknik untuk memperkuat posisi berdiri, dalam Langkah-langkahnya coba jelaskan mecam-macam Teknik kuda -kuda dibawah ini!

No	Jenis Kuda-kuda	Penjelasan dan cara melakukan
1	Kuda-kuda samping	
2	Kuda-kuda depan	

3	Kuda-kuda belakang	
4	Kuda-kuda silang	
5	Kuda-kuda tengah	

6. Dalam pencak silat ada Teknik pukulan, jelaskan Teknik pukulan pencak silat dibawah ini!

No	Jenis Kuda-kuda	Penjelasan dan cara melakukan
1	Pukulan Samping	
2	Pukulan Depan	
3	Pukulan Bandul	
4	Pukulan Melingkar	