Tugas Mandiri

Isilah titik-titik di bawah ini dengan jawaban yang tepat!

1. Gerakan membungkukkan badan berguna untuk melatih .....
2. Gerak dasar menekuk lutut dibedakan menjadi dua yaitu ..... dan .....
3. Sikap awal gerakan membungkukkan badan adalah .....
4. Pandangan mata saat melakukan gerakan menekuk adalah .....
5. Posisi kedua tangan saat melakukan gerakan menekuk lutut adalah .....

Gambar berikut untuk mengerjakan soal nomor 6-8.

6. Dani melakukan gerakan .....
7. Saat badan dibungkukkan ke arah depan, posisi tangan menyentuh .....
8. Setelah membungkukkan badan, liukkan badan ke .....

Gambar berikut untuk mengerjakan soal nomor 9-10.

9. Rudi melakukan gerakan .....
10. Saat berjongkok secara perlahan posisi kaki sedikit .....

LIVEWORKSHEETS