



Kurikulum
Merdeka

LKPD PJOK KLS 11

Lembar Kerja Peserta Didik

Tema : Senam Lantai



SMK Anwarul maliki
Sukorejo

Uji Kompetensi Bab Senam Lantai Kelas XI SMK Anwarul Maliki

Pasangkan soal dan jawaban di bawah ini!

Aktivitas peregangan dan persiapan untuk aktivitas fisik atau berolahraga



Loncat Harimau

Bagian tubuh yang menjadi tumpuan saat melakukan sikap lilin



Matras

Alas yang terbuat dari busa dengan permukaan empuk dan padat



Cartwhell

Nama lain "Tiger sprong"



Lengan

Suatu gerakan ke samping di mana pada suatu saat bertumpu atas kedua tangan dengan kaki terbuka lebar



Warming Up