KURIKULUM MERDEKA

Lembar Kerja Peserta Didik

Tema: Modifikasi Pola Gerak Dasar

Disusun oleh: Febriani Sri Cenli Senta

Nama : _____

Kelas : _____

LIVEWORKSHEETS

Tujuan Pembelajaran:

1. Siswa dapat memahami konsep pola gerak dasar dalam aktivitas fisik.

2. Siswa dapat mengidentifikasi berbagai modifikasi yang dapat dilakukan pada pola gerak dasar.

3. Siswa dapat mempraktikkan modifikasi pola gerak dasar dalam berbagai aktivitas fisik.

Kegiatan 1: Mengeksplorasi Pola Gerak Dasar

Instruksi:

1. Bentuklah kelompok yang terdiri dari 4-5 orang.

2. Diskusikan dan identifikasi berbagai pola gerak dasar yang sering digunakan dalam aktivitas fisik, seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, dan menangkap.

3. Praktikkan setiap pola gerak dasar yang telah diidentifikasi.

Kegiatan 2: Memodifikasi Pola Gerak Dasar

Instruksi:

1. Dengan kelompok yang sama, diskusikan dan identifikasi modifikasi yang dapat dilakukan pada setiap pola gerak dasar.

2. Modifikasi dapat dilakukan dengan mengubah arah, kecepatan, ketinggian, jarak, atau aspek lainnya dari pola gerak dasar.

3. Catat modifikasi yang telah diidentifikasi dan praktikkan secara bergantian dalam kelompok.

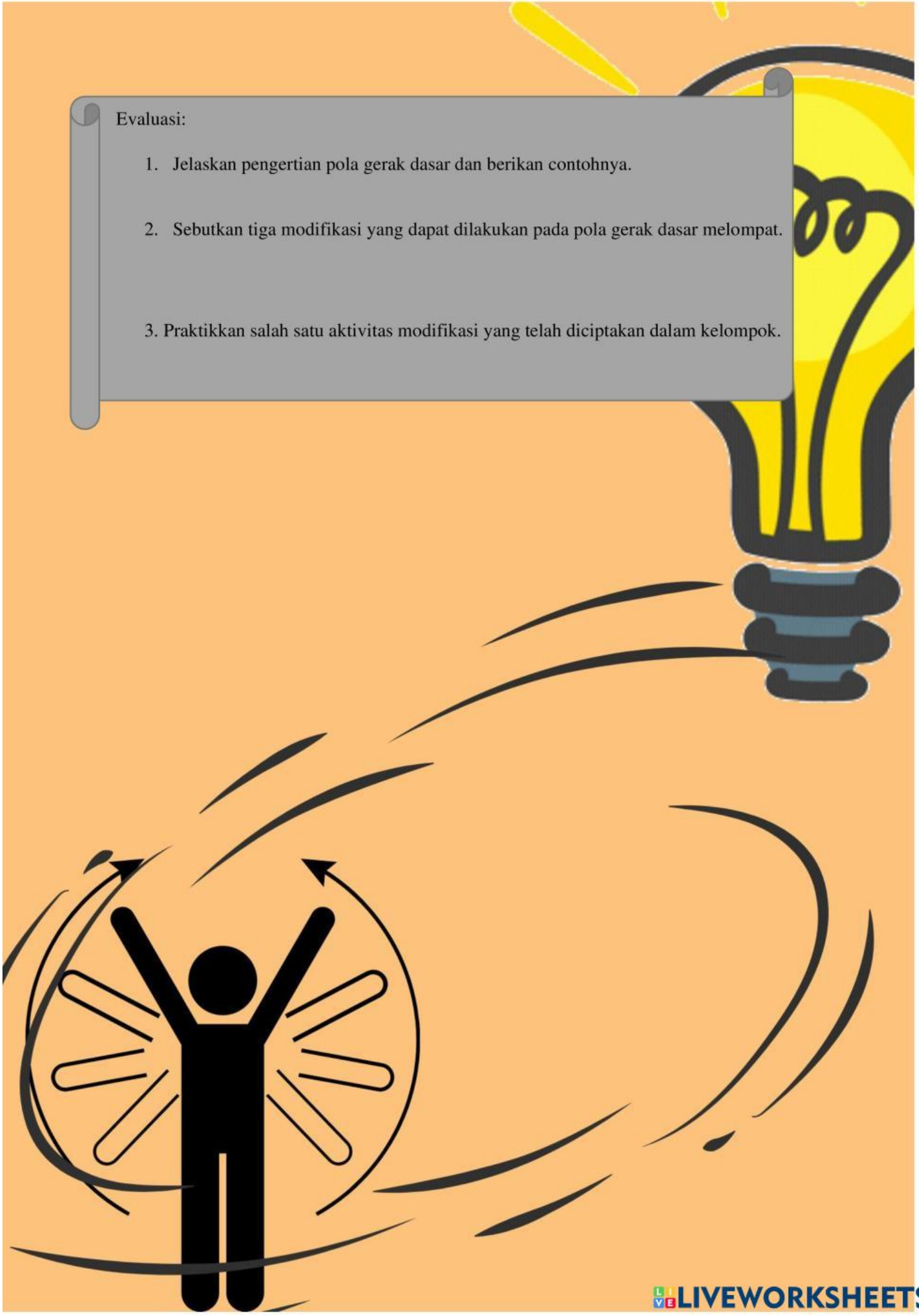
LIVEWORKSHEETS

Evaluasi:

1. Jelaskan pengertian pola gerak dasar dan berikan contohnya.

2. Sebutkan tiga modifikasi yang dapat dilakukan pada pola gerak dasar melompat.

3. Praktikkan salah satu aktivitas modifikasi yang telah diciptakan dalam kelompok.



LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS