

LKPD

GERAK MANIPULATIF (Gerak Menggunakan Alat/benda)



Nama : _____
Kelas : _____

Nama :

Kelas :

Tujuan pembelajaran gerak manipulatif

gerak manipulatif adalah untuk mengembangkan keterampilan dasar dalam mengendalikan objek, meningkatkan koordinasi tubuh (mata, tangan, kaki), dan menanamkan nilai-nilai penting seperti kerja sama dan sportivitas. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, kelincahan, kepercayaan diri, dan kesadaran siswa terhadap gerakan.

Nilai :

Catatan :

Macam Macam Gerak **MANIPULATIF**

Gerak menggunakan benda atau alat



Menendang



Memukul



Melempar



Menangkap



Menggiring



Mendorong



Mengayun



Menarik

Nama :

Kelas :

MENCOCOKKAN GERAK MANIPULATIF

Cocokkanlah gambar dibawah ini dengan jenis gerakannya!



Membungkuk



Mengangkat tangan



Memutar tangan



Menekuk lutut



Mengangkat kaki

Nilai :

Catatan :

Nama: _____

Absen: _____

Mengenal Gerak Manipulatif

Deskripsikan gambar gerak manipulatif di bawah ini dengan kalimat sederhana!



Menangkap



Menendang



Memantulkan

Nama :

Kelas :

KETERAMPILAN GERAK DASAR

Petunjuk : Lihat gambar di bawah ini. Centanglah gambar yang menunjukkan gerakan "Manipulatif" .



Nama :

Kelas :

DAFTAR KEGIATAN

GERAK MANIPULATIF

Beri tanda centang pada kotak dibawah, apa saja kegiatan yang berkaitan dengan gerak manipulatif !

- ☐ Menggerakkan kepala ke atas dan ke bawah
- ☐ Memanjat tangga atau dinding panjat
- ☐ Menendang bola ke gawang
- ☐ Memukul bola dengan raket atau tangan
- ☐ Mengambil benda yang terjatuh di lantai
- ☐ Menggiring bola dengan kaki saat bermain sepak bola
- ☐ Mengangkat satu atau dua tangan ke atas
- ☐ Menarik tali atau benda saat bermain
- ☐ Mengangkat satu kaki ke depan, samping, atau belakang
- ☐ Lari kecil saat bermain kejar kejaran
- ☐ Meloncat ke depan seperti kelinci
- ☐ Menulis atau menggambar dengan pensil atau pena
- ☐ Melempar bola saat bermain lempar tangkap
- ☐ Meniti balok kayu atau garis di lantai
- ☐ Berjalan ke kelas bersama teman

GUNTING & TEMPEL

Nama :

Kelas :

Gunting dan tempelkan gambar di kotak yang telah di sediakan sesuai urutan gerakan yang benar!

1

Menarik

2

Melempar

3

Memukul

4

Mendorong

5

Mengayun

6

Menendang

@hanyknoeriunissa5



MENGENAL GERAK MANIPULATIF

Panduan Jawablah pertanyaan berikut dengan benar!

1. Sebutkan 4 contoh gerakan dasar manipulatif!

2. Apa perbedaan antara mendorong dan membugkuk?

3. Jelaskan bagaimana cara melakukan gerakan mengayun tangan yg benar!

4. apa perbedaan antara mengangkat kaki dan mengangkat tangan?

5. Jelaskan manfaat melakukan gerak dasar manipulatif untuk kesehatan tubuh!

Nama :

Kelas :

GERAK DASAR MANIPULATIF

Amati gambar di bawah ini, kemudian tebalkan hurufnya!



Mendorong



Menangkap



Menendang



Melempar