

LEMBAR KERJA

PENILAIAN HARIAN

PESERTA DIDIK



KELAS III
TEMA: ENERGI

NAMA : _ _ _ _ _

KELAS : _ _ _ _ _

TANGGAL PEMBERIAN

PENUGASAN : 1 SEPTEMBER 2021

TANGGAL PENGUMPULAN

PENUGASAN : 7 SEPTEMBER 2021

MATERI POKOK:
KOMBINASI GERAK DASAR





A. Silakan teman-teman memilih jawaban a,b, atau c yang paling tepat pada soal pilihan ganda di bawah ini!

1. Pada hari Senin dan Selasa teman-teman level 3, telah melakukan kegiatan pengambilan nilai melempar bola ke arah sasaran bersama Bu Wenny. Kegiatan melempar bola ke arah sasaran dilakukan di ruang rekaman. Pada kegiatan tersebut, teman-teman level 3 diminta untuk melemparkan bola ke arah sasaran dengan jarak tertentu. Apa yang perlu diperhatikan oleh teman-teman agar bola bisa tepat sasaran?
 - a. fokus saat melempar bola.
 - b. melempar bola dengan kuat.
 - c. melempar bola ke lantai.
2. Kia dan Kakak Aruna memiliki hobi bermain Hula Hoop. Biasanya Kia dan Kakak Aruna bermain Hula Hoop di akhir pekan. Permainan Hula Hoop termasuk gerak dasar. Gerak dasar yang dimaksud adalah
 - a. lokomotor.
 - b. nonlokomotor.
 - c. manipulatif.

3. Pada hari Jumat dan Sabtu teman-teman level 3 mendapatkan penugasan untuk menirukan gerak burung bangau dan gerak pesawat terbang seperti pada gambar di bawah ini. Manfaat dari kegiatan tersebut adalah



- a. melatih kekuatan tangan.
 - b. melatih kelincahan tubuh.
 - c. melatih keseimbangan tubuh.
4. Gerak manipulatif bermanfaat untuk melatih kefokuskan. Manakah yang **bukan** termasuk dari contoh kombinasi gerak manipulatif?



b.



c.



5. Permainan *Hands-Feet Jumping* merupakan permainan yang memiliki manfaat untuk memperkuat otot kaki. Permainan *Hands-Feet Jumping* merupakan kombinasi gerak dasar lokomotor
 - a. menendang bola.
 - b. melempar bola.
 - c. melompat.

B. Teman-teman telah mengenal berbagai jenis gerak dasar, mulai dari gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif. Yuk kita tentukan gambar berikut ini pada kolom gerak dasar yang sesuai.



Pilihan Gambar



Gerak Locomotor	Gerak Nonlokomotor	Gerak Manipulatif



C. Silakan teman-teman menentukan benar atau salah pada pernyataan yang ada di bawah ini!

Pernyataan	Benar/Salah
Permainan <i>Hands-Feet Jumping</i> adalah permainan yang termasuk menggunakan gerak lokomotor.	
Gerak nonlokomotor adalah gerak berpindah tempat untuk seluruh tubuh.	
Berjalan, berlari, dan melompat merupakan contoh dari gerak manipulatif.	
Untuk melatih keseimbangan tubuh salah satunya dapat dilakukan dengan cara menirukan gerak pesawat terbang (berdiri dengan satu kaki).	
Memasukkan bola ke arah sasaran dibutuhkan kefokuskan agar bola dapat masuk ke kotak sasaran.	