LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

- MAPEL : PJOK
- KELAS : 3

NAMA :

NO PRESENSI:

LIVEWORKSHEETS

Kompetensi Dasar

3.5 Memahami kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai

Indikator

- Siswa mampu menjelaskan kombinasi gerakan bertumpu dan keseimbangan
- Siswa mampu menjelaskan kombinasi gerakan mengayun dan mendarat
- Siswa mampu menjelaskan kombinasi gerakan bertumpu dan berputar

LIVEWORKSHEETS

Petunjuk Pembelajaran

1. Berdoalah sebelum mengerjakan
2. Tulislah namamu pada kolom yang tersedia
3. Simaklah video pembelajaran yang disediakan
4. Kerjakan soal yang tersedia dengan penuh tanggung jawab
5. Sampaikan kepada guru jika mengalami kesuliatan
6. Periksa Kembali soal yang telah dikerjakan
7. Tekan 'FINISH" pada website LIVE WORKSHEET

LIVEWORKSHEETS

Pilihlah salah satu jawaban yang paling benar

- 1. Gerakan bertumpu dengan satu kaki dan kedua tangan direntangkan ke samping untuk melatih . . . .

a. kecepatan

b. keseimbangan

c. kekuatan

- 2. Setelah melakukan gerakan bergantung di pohon kemudian mengayunkan kkaki ke depan dan belakang, maka gerakan tersebut diakhiri dengan . . . .

a. melompat

b. tolakan

c. mendarat

- 3. Pada saat melakukan gerakan lompat jauh, setelah melakukan gerakan pada tahapan tolakan yaitu . . . .

a. melangkah

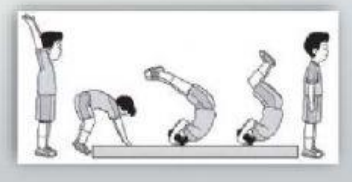
b. melayang

c. mendarat

LIVEWORKSHEETS

Hubungkan dengan garis lurus untuk menjawab soal dibawah ini !

- Keseimbangan duduk
- Roll depan
- Sikap kapal terbang



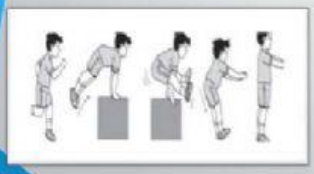
LIVEWORKSHEETS

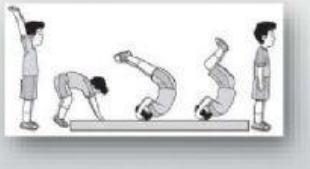
Pindahkan gambar gerak senam lantai sesuai dengan namanya!

Berguling kedepan

Jalan diatas titian

Lompat Kangkang





LIVEWORKSHEETS