

Materi Pembelajaran Senam Lantai

KELOMPOK 3

Nama:

Kelas:

Lakukan masing-masing step gerak di bawah secara berkelompok untuk melakukan gerak:

<p>1</p>  <p>Posisi awal didampingi oleh rekan</p>	<p>2</p>  <p>Berguling ke depan</p>	<p>3</p>  <p>Berguling ke depan dan melakukan gerak akhir</p>
<p>1</p>  <p>Melewati rintangan dan berguling</p>	<p>2</p>  <p>Berguling dengan melewati rintangan dan melakukan posisi akhir</p>	<p>3</p> <p>Gearakan diawali dengan berlari kemudian berguling dengan melewati rintangan dan melakukan posisi akhir</p>

Identifikasi Gerak

Identifikasi gerak yang sudah dilakukan

Nama Gerak Dasar	Bisa/Belum Bisa	Cara Melakukan

Jelaskan kesulitan yang dialami dalam melakukan gerak dasar guling depan dan lompat harimau