

VARIASI DAN KOMBINASI GERAK DASAR MANIPULATIF

Oleh:

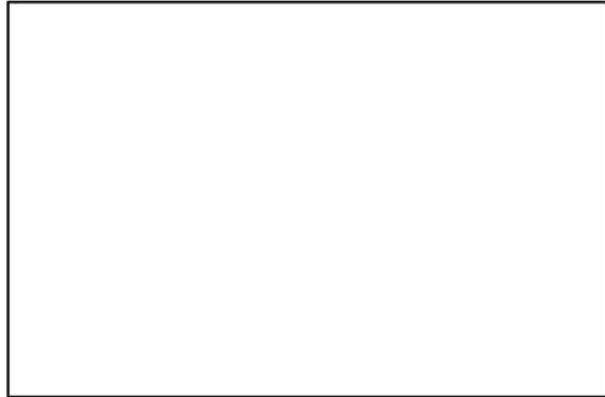
Carolus Paulus Durye, S.Pd

Nama: _____

Kelas: _____

Untuk lebih jelas **tonton video youtube** materi gerak dasar manipulative

Ayo simak video berikut: link youtube https://youtu.be/e8pyTqEXILA?si=WLmmxmPuOoCw_TSe



Pilihlah jawaban benar dengan cara menekan jawaban yang menurutmu paling benar.

A. Pilihlah jawaban yang tepat.

1. Berikut ini yang bukan merupakan gerak dasar manipulative adalah
 - a. Melempar dan menangkap bola
 - b. Menangkap dan menendang bola
 - c. Berlari dan meliuk
2. Menendang dan menghentikan bola termasuk kombinasi gerak
 - a. Lokomotor
 - b. Nonlokomotor
 - c. Manipulative
3. Perhatikan gambar berikut.

Gambar melempar dan menangkap bola

Permainan yang dilakukan anak pada gambar tersebut adalah

- a. Melempar bola
 - b. Menangkap bola
 - c. Melempar dan menangkap bola
4. Permainan tangpuk adalah permainan yang mengombinasikan gerak dasar
 - a. Menendang dan memukul
 - b. Menangkap dan melempar
 - c. Menangkap dan memukul
5. Contoh permainan yang mengombinasikan gerak menendang dan menghentikan bola, yaitu
 - a. Permainan U-Ball

- b. Permainan tangpuk
- c. Permainan hantar bola
- 6. Kombinasi gerakan menangkap dan menendang bola berpasangan bermanfaat untuk melatih
 - a. Ketangkasan dan gotong royong
 - b. Kekuatan dan kelincahan
 - c. Kemandirian dan kelenturan
- 7. Perhatikan manfaat berikut.
 - (1) Kekuatan
 - (2) Kemandirian
 - (3) Ketangkasan
 - (4) Kerja sama

Manfaat lempar tangkap dalam lingkaran ditunjukkan oleh nomor

- a. (1) dan (2)
- b. (1) dan (3)
- c. (2) dan (3)
- d. (3) dan (4)
- 8. Permainan U-Ball merupakan permainan yang mengombinasikan gerakan
 - a. Melempar dan menangkap bola
 - b. Melempar dan menendang bola
 - c. Menendang dan menghentikan bola
- 9. Manfaat permainan tendang dan hentikan bola adalah untuk melatih
 - a. Kekuatan
 - b. Kerja sama
 - c. Kelincahan
- 10. Perhatikan gambar berikut.
Mmmmm
Manfaat permainan ini untuk melatih
 - a. Ketangkasan dan kemandirian
 - b. Kelincahan dan kekuatan
 - c. Kerja sama dan gotong royong

Isilah jawaban benar di kolom dibawah ini yang kamu tahu.

B. Isilah dengan jawaban yang benar.

- 1. Permainan menghantar bola merupakan kombinasi dari gerak dasar dan ...

2. Manfaat dari permainan "Tangkap" adalah untuk melatih

3. Dalam permainan lempar tangkap dalam lingkaran, agar berhasil menangkap bola, pemain harus ...

4. Agar ban tidak jatuh saat bermain mendorong ban, sebaiknya

5. Susunan rintangan permainan U-Ball berbentuk

Kerjakan soal-soal dibawah ini dengan menguraikan jawaban benar di titik.

C. Kerjakan soal-soal berikut.

1. Gerakan apa yang akan kamu lakukan agar dapat menggiring bola melewati setiap *cone* saat bermain U-Ball?

2. Apa saja permainan yang memvariasikan dan mengombinasikan gerak dasar melempar dan memukul?

3. Kombinasi gerakan apa saja yang digunakan dalam permainan kipper andal?

4. Apa saja manfaat melakukan permainan kipper andal?

5. Bagaimana cara agar ban yang kamu dorong bergulir dengan cepat?

Petunjuk:

1. Pastikan semua soal sudah terjawab,
2. Jika sudah selesai **KLIK FINISH** dibawah ini, dan
3. Cek nilaimu di lembar ke satu paling diatas
4. Terimakasih telah mengerjakan soal-soal diatas dengan penuh kesabaran, Tuhan memberkati.