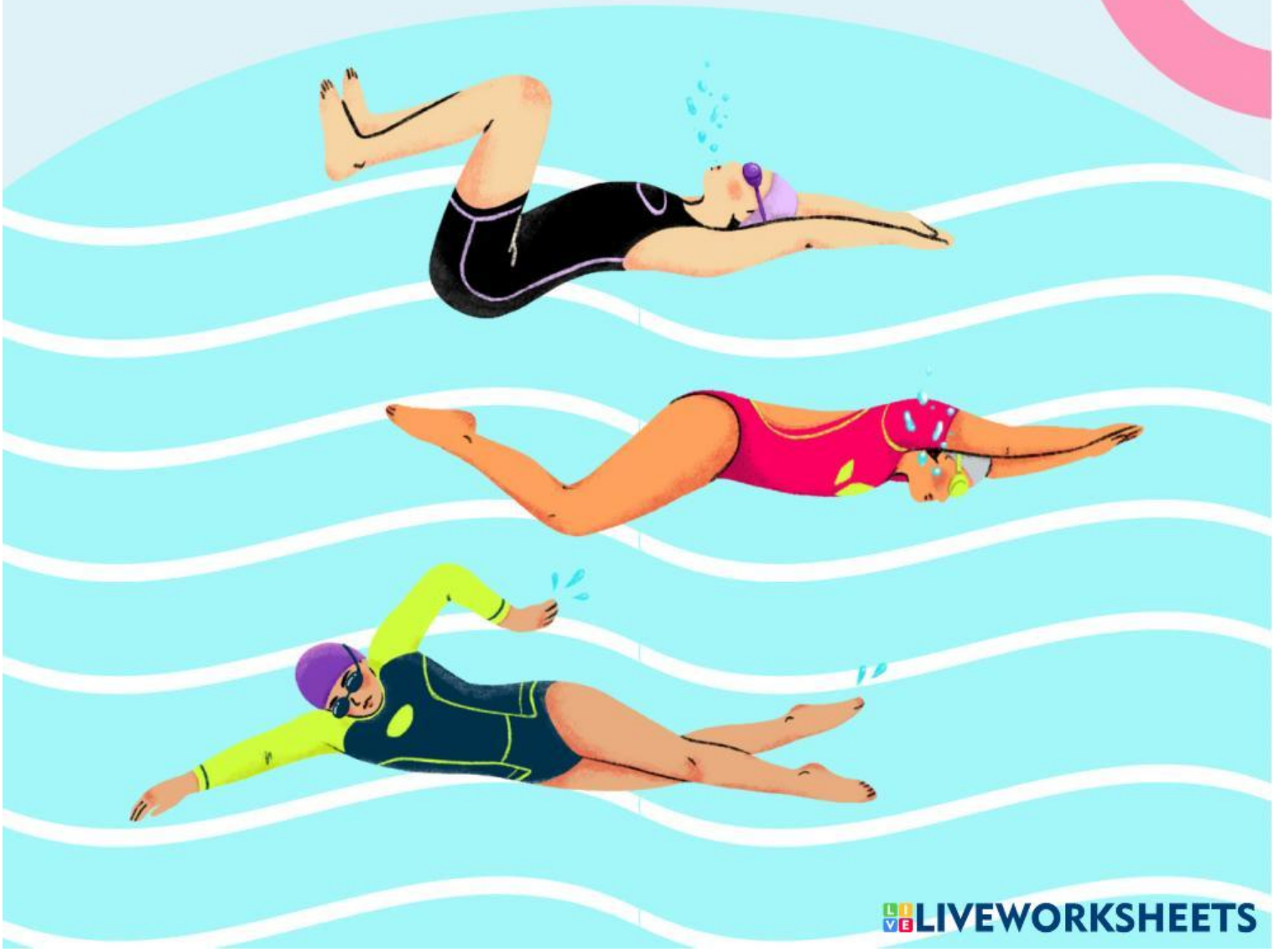
E-LKPD

Elektronik Lembar Kerja Peserta Didik

pengenalan air dasar"aktivitas air

Nama: _____

Kelas: _____



LIVEWORKSHEETS

RINGKASAN MATERI

- Agar kalian bisa memahami lebih jelas silahkan simak vidio ini

LIVEWORKSHEETS

Ayo Pikirkan!

- Jawablah pertanyaan di bawah ini!

Pertanyaan

1. Apa pengertian dari Pengenalan Air?

   Jawab: _____

2. Jelaskan tiga manfaat utama yang didapatkan tubuh saat melakukan aktivitas di dalam air!

   Jawab: _____

3. Sebutkan tiga aturan keselamatan yang wajib dilakukan sebelum memasuki kolam renang!

   Jawab: _____

4. Apa saja peralatan dasar yang digunakan dalam olahraga renang?

   Jawab: _____

5. Menjelaskan manfaat dan keselamatan dalam aktivitas

   Jawab: _____

LIVEWORKSHEETS

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Amati gerakan di bawah ini,
Manakah olahraga yang merupakan
" aktivitas di air" dan "aktifitas darat"!

LIVEWORKSHEETS

Ayo Mempraktikan!

- Petunjuk: Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan kondisi Anda setelah melakukan praktik.

No	Pernyataan Refleksi	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju
1.	Saya merasa lebih berani dan nyaman berada di dalam air setelah latihan.			
2.	Saya selalu melakukan pemanasan sebelum dan pendinginan sesudah latihan.			
3.	Saya mematuhi semua instruksi guru dan memperhatikan keselamatan diri sendiri serta teman.			
4.	Saya merasa menguasai teknik pernapasan (menghembuskan napas di dalam air).			

LIVEWORKSHEETS