

Assalamualaikum.

Mohon maaf bpk/ibu, Catatan sekaligus tugas PJOK.

A. Gerak lokomotor merupakan gerakan dengan berpindah tempat.

macamnya: berjalan, berlari, melompat, dan meloncat.

B. Gerak Non-lokomotor merupakan gerakan tanpa berpindah tempat.

Macamnya: latihan peregangan, meliuk dan berputar, bergantung, menarik dan mendorong, serta melakukan sikap siap.

Coba anak2 pahami, 2 gerak tersebut. Jika bnr2 sudah paham, baru melanjutkan ke tugas.

Yaitu mencoba membedakan n menjelaskan gerak lokomotor n Non-lokomotor pd permainan bola besar.

1. Sepak bola/futsal.

2. Bola Voli

3. Bola Basket.

Cukup dikerjakan dibuku kecil PJOK. Tdk perlu difoto. Krn, Mohon maaf bpk/ibu hp sering eror.aplgi pas bnyak yg kirim foto/video. Pas tdk bisa dibuka. 🙄🙄. Maklum hp tua. 🙄🙄 Nnti pasti sya nilai saat visit kembali.