

Lampiran 11

Treatment Permainan Kecil

1. Lari Jengket

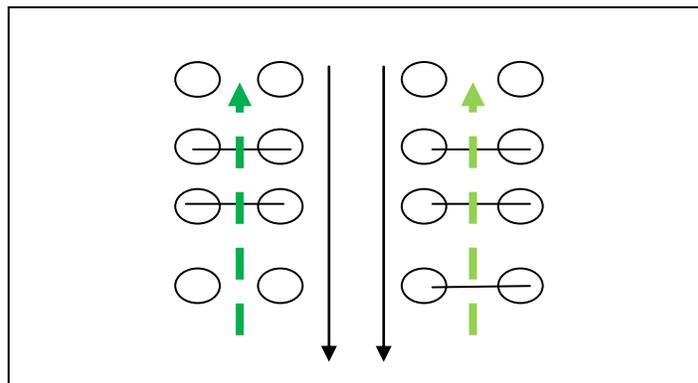
Jumlah pemain : tidak terbatas

Alat yang digunakan : tidak ada

Tempat : di lapangan atau di mana saja

Tujuan permainan :

- Menumbuhkan rasa kebersamaan
- Melatih kemampuan melompat, berlari, *hopping*, *leaping*, *galloping*, dan lain lain
- Melatih kepekaan terhadap rangsangan(reaksi)
- Menbumbuhkan rasa percaya diri



Gambar 16: Skema permainan lari jengket

Keterangan :



= Siswa



= Siswa sedang melewati rintangan



= Siswa yang menjadi rintangan



= Siswa sedang berlari ke arah depan

Cara Bermain :

1. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok yang dibagi sama rata, tiap 1 kelompok berpasangan. Saling berhadapan.
2. Setiap anggota yang menjadi bagian kelompok mendapatkan nomor urut dari 1 sampai jumlah anggota pasangannya terpenuhi.
3. siswa diminta untuk persiapan posisi duduk dengan kaki di luruskan dan saling berhadapan
4. apabila guru menyebutkan angka 3 (tiga), maka siswa yang menjadi urut nomor 3 berlari melewati rintangan yg dibuat oleh temannya dari tempat ia duduk berlari menuju akhir barisan lalu ke depan dan duduk di tempat sesuai posisinya.

Variasi Permainan :

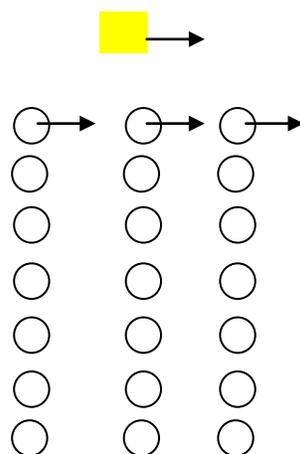
1. Siswa yang melewati rintangan tidak hanya berlari saja namun, bisa dibuat dengan melompat dengan dua kaki & satu kaki, berlari dengan posisi menyamping, lompat dengan arah ke belakang/mundur, &
2. Siswa yang menjadi rintangan tidak hanya meluruskan kakinya saja namun bisa dibuat dengan mengangkat kedua kakinya ke atas, sehingga temannya yang melewati bisa melakukan gerakan merangkak melewati kedua kakinya lewat bawah.



Gambar 17: Permainan Lari Jengket

2. Ikuti instruksi Suara

- Jumlah pemain : Tidak Terbatas
Alat yang digunakan : Tanpa alat
Tempat : di halaman, atau di lapangan
Tujuan Permainan :
- Menumbuhkan rasa kebersamaan
 - Melatih kemampuan melompat dengan dua kaki, dan 1 kaki secara bersama
 - Melatih reaksi pendengaran
 - Menbumbuhkan rasa percaya diri
 - Menumbuhkan kerja sama dengan teman sejawat
 - Melatih kekompakan



Gambar 18: Skema Permainan ikuti instruksi suara

Keterangan :

-  = Guru
 = Siswa
 = Guru sedang menginstruksikan arah gerakan
 = Siswa sedang melompat mengikuti instruksi arah dari guru

Cara Bermain :

1. Siswa dibagi menjadi 3 atau 4 kelompok.
2. Setiap siswa diminta agar berpengan pada pundak temannya yang berada di depan.
3. Tugas siswa hanyalah mengikuti instruksi suara guru dengan gerakan melompat.
4. Apabila guru menginstruksikan ke arah kanan, maka siswa melompat ke arah kanan dan secara bersama-sama menjawab “kanan”.
5. Apabila guru mengintruksikan ke arah kiri maka siswa melompat arah kiri,

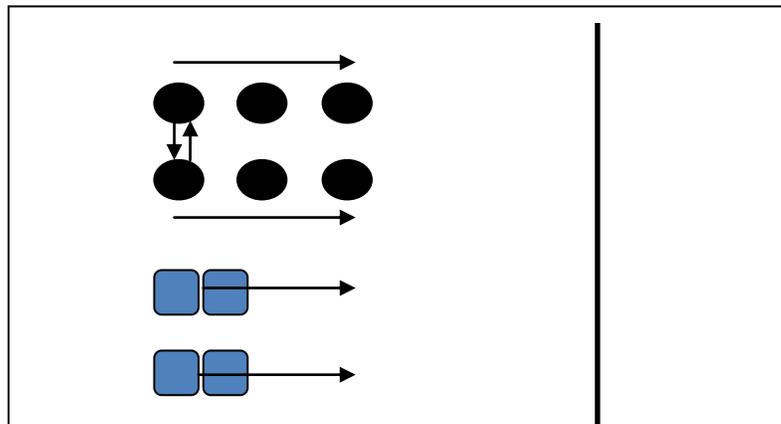
Variasi Permainan :

1. Arah gerakan bisa di ubah-ubah dari kiri, kanan, depan, & mundur.
2. Lompatan bisa diubah tidak hanya dengan dua kaki namun dengan 1 kaki
3. Guru bisa mengintruksikan lawan kata dari masing-masing arah gerakan,

3. Permainan Lomba Jalan Kepiting dan Berkuda

- Jumlah Pemain : Tidak terbatas
Alat yang digunakan : Tanpa Alat
Tempat : Di Halaman, Atau Di lapangan
Tujuan Permainan :
- Menumbuhkan rasa kepercayaan diri
 - Melatih kekompakan
 - Menumbuhkan rasa kepercayaan kepada teman
 - Menumbuhkan rasa kerja sama
 - Melatih kemampuan *gallop*, *slide*, dan berlari

Gambar 19:, Permainan Lomba Kepiting dan Berkuda



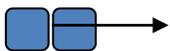
Keterangan :



= Siswa sedang berhadapan, dan melakukan "toss" sambil berjalan kepiting atau *sliding* ke garish finish



= Siswa



= Siswa sedang berpegangan pundak pada temannya, dan melakukan gerakan *galloping*/berkuda bersama-sama dengan tempat yang dituju

Aturan Permainan :

- Siswa / siswi dibariskan menjadi 2 atau 4 shaf. Setiap shaf menempati tempat yang telah ditentukan sebelumnya.

2. Ada 2 baris yang diminta berhadapan(berpasangan) dan ada juga 2 baris yang diminta untuk memegang pundak pada temannya secara berpasangan.
3. Baris 2 yang diminta berhadapan untuk melakukan gerakan kepiting berlajam/*sliding* tetapi secara bersama-sama dengan melakukan aksi “*toss*” di setiap melangkah
4. Baris 2 yang di minta untuk memegang pundak temannya, melakukan gerakan berkuda atau melangkah kuda (*galloping*) secara bersama-sama apabila terputus maka dinyatakn ulang dari tempat start.s
5. Apabila sudah finish di tempat, maka dilanjutkan dengan orang berikutnya yang ada di barisan belakang mereka.