Lampiran 1

ITEM MODEL PENELITIAN

1. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat balon bagian kaki kanan



- a. Gambar 1 : siswa memegang sebuah balon menunggu abaaba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa melemparkan
 balon ke atas
- c. Gambar 3 : siswa harus melambungkan balon kembali dengan menggunakan lutut atau paha bagian kanan.

d. Gambar 4 : ketika waktu selesai siswa memegang balon kembali dan posisi siap seperti awal

- Siswa ditugaskan untuk menyentuh balon yang dilemparkan di udara menggunakan lutut atau paha bagian atas (hanya bagian kanan saja)
- 2. Balon tidak boleh sampai jatuh ke lantai hingga waktu yang sudah ditentukan
- 3. Waktu pelaksanaan 30 detik 1 menit
- 2. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat balon bagian kaki kiri



Pelaksanaan:

- a. Gambar 1 : siswa memegang sebuah balon menunggu abaaba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa melemparkan
 balon ke atas
- c. Gambar 3 : siswa harus melambungkan balon kembali dengan menggunakan lutut atau paha bagian kiri
- d. Gambar 4 : ketika waktu selesai siswa memegang balon kembali dan posisi siap seperti awal

- a. Siswa ditugaskan untuk menyentuh balon yang dilemparkan di udara menggunakan lutut atau paha bagian atas (hanya bagian kiri saja)
- Balon tidak boleh sampai jatuh ke lantai hingga waktu yang sudah ditentukan
- c. Waktu pelaksanaan 30 detik 1 menit

3. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat kardus bagian kaki kanan



- a. Gambar 1 : siswa berada di belakang kardus dengan posisi siap untuk mendengarkan aba- aba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa harus mengangkat kaki kanan melewati rintangan kardus
- c. Gambar 3 : posisi siap kembali untuk melewati rintangan kardus selanjutnya
- d. Gambar 4 : ketika sudah melewati semua rintangan kardus sampai akhir, siswa kembali pada posisi siap

- a. Siswa ditugaskan untuk mengangkat kaki melewati rintangan berupa 4 buah kardus tanpa menyentuh kardusnya (hanya bagian kanan saja)
- b. Jarak antara kardus yaitu 30cm
- c. Angkatan kaki bagian paha harus lurus
- d. Tinggi kardus bisa disesuaikan dengan tinggi siswa
- 4. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat kardus bagian kaki kiri



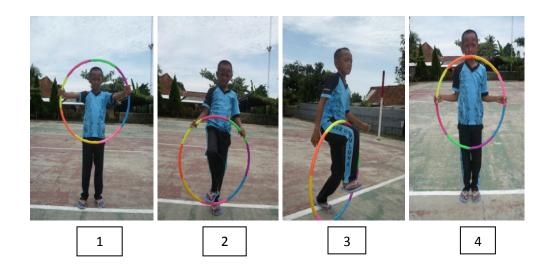
Pelaksanaan:

 a. Gambar 1 : siswa berada di belakang kardus dengan posisi siap untuk mendengarkan aba- aba dari guru

- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa harus mengangkat kaki kiri melewati rintangan kardus
- c. Gambar 3 : posisi siap kembali untuk melewati rintangan kardus selanjutnya
- d. Gambar 4 : ketika sudah melewati semua rintangan kardus sampai akhir, siswa kembali pada posisi siap

- a. Siswa ditugaskan untuk mengangkat kaki melewati rintangan berupa 4 buah kardus tanpa menyentuh kardusnya (hanya bagian kiri saja)
- b. Jarak antara kardus yaitu 30cm
- c. Angkatan kaki bagian paha harus lurus
- d. Tinggi kardus bisa disesuaikan dengan tinggi siswa

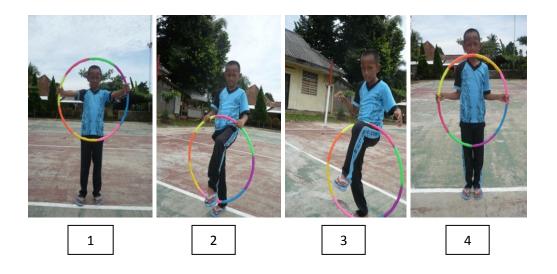
5. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat hulahop bagian kaki kanan



- a. Gambar 1 : siswa memegang sebuah hulahop dan menunggu aba- aba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa harus memasukkan kaki bagian kanan ke hulahop
- c. Gambar 3 : siswa maju sambil melompat dengan hulahop bearada di bagian paha dan hulahop tidak boleh sampai jatuh ke lantai
- d. Gambar 4 : ketika sudah mencapai garis yang ditentukan maka siwa mengambil kembali hulahop dan sikap seperti awal

- a. Siswa ditugaskan untuk melompat dengan hulahop berada di atas paha (hanya bagian kanan saja)
- b. Jarak tempuh 15 20 meter
- c. Angkatan kaki bagian paha harus lurus
- d. Hulahop tidak boleh samapi jatuh

6. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat hulahop bagian kaki kiri



- a. Gambar 1 : siswa memegang sebuah hulahop dan menunggu aba- aba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba mulai dari guru, siswa harus
 memasukkan kaki bagian kiri ke hulahop

- c. Gambar 3 : siswa maju sambil melompat dengan hulahop bearada di bagian paha dan hulahop tidak boleh sampai jatuh ke lantai
- d. Gambar 4 : ketika sudah mencapai garis yang ditentukan maka siwa mengambil kembali hulahop dan sikap seperti awal

- a. Siswa ditugaskan untuk melompat dengan hulahop berada di atas paha (hanya bagian kiri saja)
- b. Jarak tempuh 15 20 meter
- c. Angkatan kaki bagian paha harus lurus
- d. Hulahop tidak boleh samapi jatuh

7. Model pembelajaran tendangan lurus tanpa menggunakan alat

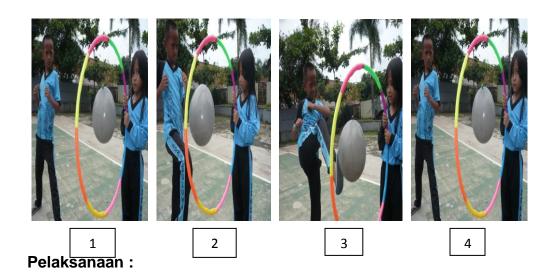


Pelaksanaan:

- a. Gambar 1 : siswa bersiap dengan posisi kedua tangan disamping pinggang, dan menunggu aba- aba dari guru
- b. Gambar 2 : ketika aba- aba "kanan" maka siswa melompat ke arah kanan dengan mengangkat sebelah kakinya (kiri), ketika aba- aba "kiri" maka siswa melompat ke arah kanan dengan mengangkat sebelah kakinya (kanan)
- c. Gambar 3 : ketika aba- aba "depan" maka siswa melompat ke arah depan dengan mengangkat sebelah kakinya (kiri/kanan), ketika aba- aba "belakang" maka siswa melompat ke arah belakang dengan mengangkat sebelah kakinya (kiri/kanan)
- d. Gambar 4 : ketika aba- aba selesai maka siswa kembali pada posisi awal

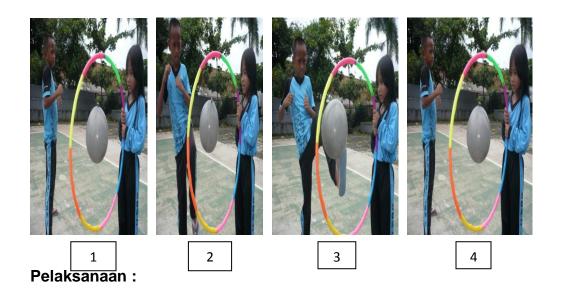
- a. Siswa ditugaskan untuk melompat dengan sebelah kaki ke arah yang ditentukan oleh guru
- b. Dilakukan dengan waktu 30 detik 1 menit
- c. Angkatan kaki bagian paha harus lurus
- d. Aba- aba yang digunakan kanan, kiri, depan, dan belakang

8. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat hulahop balon gantung bagian kaki kanan



- a. Gambar 1 : siswa A melakukan sikap pasang kaki kiri depan mengarah ke hulahop balon gantung yang dipegang oleh siswa
 B
- b. Gambar 2 : siswa A mengangkat kaki kanan untuk melakukan tendangan lurus kanan kearah sasaran balon
- c. Gambar 3 : siswa A melakukan tendangan lurus kanan harus tepat pada sasaran yaitu balon yang digantungkan pada hulahop
- d. Gambar 4 : ketika sudah melakukan tendangan lurus pada sasaran posisi kembali pada sikap awal yaitu sikap pasang

- a. Siswa ditugaskan untuk menendang tendangan lurus tepat mengenai sasaran balon gantung (tendangan kanan)
- b. Dilakukan 5 10 pengulangan
- c. Ketinggian sasaran harus disesuaikan dengan siswa yang melakukan tendangan
- d. Siswa A yang melakukan tendangan, siswa B yang memegang alat
- 9. Model pembelajaran tendangan lurus yang menggunakan alat hulahop balon gantung bagian kaki kiri



 a. Gambar 1 : siswa A melakukan sikap pasang kaki kanan depan mengarah ke hulahop balon gantung yang dipegang oleh siswa

В

- b. Gambar 2 : siswa A mengangkat kaki kiri untuk melakukan tendangan lurus kiri kearah sasaran balon
- c. Gambar 3 : siswa A melakukan tendangan lurus kiri harus tepat pada sasaran yaitu balon yang digantungkan pada hulahop
- d. Gambar 4 : ketika sudah melakukan tendangan lurus pada sasaran posisi kembali pada sikap awal yaitu sikap pasang

- a. Siswa ditugaskan untuk menendang tendangan lurus tepat mengenai sasaran balon gantung (tendangan kiri)
- b. Dilakukan 5 10 pengulangan
- c. Ketinggian sasaran harus disesuaikan dengan siswa yang melakukan tendangan
- d. Siswa A yang melakukan tendangan, siswa B yang memegang alat