

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gerobak dorong.....	23
Gambar 2. 2 Plank memindahkan kun dengan tangan.....	24
Gambar 2. 3 Kucing dan tikus	25
Gambar 2. 4 Berbaring memindahkan bola dengan kaki.....	26
Gambar 2. 5 Teknik Bermain Lempar Bola.....	27
Gambar 2. 6 Permainan lempar bola.....	27
Gambar 3. 1 Langkah- langkah Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	32
Gambar 3. 2 Lari 60 Meter.....	35
Gambar 3. 3 Pull Up Putra	36
Gambar 3. 4 Sit Up	37
Gambar 3. 5 loncat T.....	38
Gambar 3. 6 lari jarak sedang	39
Gambar 4. 1 Diagram Batang Tingkat kebugaran jasmani indonesia.....	47

