

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR	Hal
1 Lapangan Lompat Jauh	10
2 Cara Melakakukan Lompat Jauh dari Gerakan Awal Sampai Mendarat.....	11
3 Cara Melakukan Awalan atau Ancang-ancang Lompat Jauh	12
4 Cara Melakukan Tolakan atau Tumpuan Lompat Jauh	15
5 Sikap Badan Pada Waktu Jatuh dan Mendarat.....	16
6 Lompat Jauh Gaya Jongkok	18
7 Sikap dan Gerak Pada Waktu akan Melakukan Awalan.....	20
8 Gerakan Tolakan Kaki Pada Tolakan	21
9 Cara Melakukan Mendarat Lompat Jauh	24
10 Kardus Sebagai Media Rintangan Dalam Penjas	27
11 Bermain Melompati Karet.....	28
12 Bermain dengan melompati ban	29

THE
Character Building
UNIVERSITY