

# Klasifikasi belajar gerak

## Klasifikasi belajar gerak

Semua olahraga adalah *skill* krn harus melalui proses berlatih. Menurut Magil (2001) Klasifikasi belajar gerak dibedakan menurut :

### I. Klasifikasi ditinjau dari ketepatan gerak ada 2 :

#### 1. **Gross motor skill/ keterampilan motorik kasar**

bercirikan lebih melibatkan pergerakan otot-otot besar dan ketepatan gerak tidak terlalu penting untuk mendapatkan perhatian.

lanjutan

## **2. Fine motor skill/ keterampilan motorik halus**

•

Bercirikan lebih melibatkan pergerakan otot-otot kecil terutama yang melibatkan pada koordinasi mata dan tangan dan memerlukan tingkat ketepatan yang tinggi pada gerakan tangan dan jari.

Contoh : menulis dengan tangan, mengetik, kemampuan memindahkan benda dari tangan, menggambar, mencoret-coret, mengikatkan sebuah kancing, menyusun balok.

# Lanjutan

## **II. Ditinjau dari sudut awal dan akhir gerakan**

1. Keterampilan motorik diskrit
2. Keterampilan motorik serial
3. Keterampilan motorik kontinyu

Keterangan

### **1. Keterampilan motorik diskrit**

Gerakan di lakukan dalam satu gerakan tanpa dilanjutkan. Contoh : bola sodok, memukul dalam tinju, tendangan penalty. gerakan dilakukan dengan permulaan yang jelas dan diakhiri juga jelas.

# Lanjutan

## **2.keterampilan motorik serial**

merupakan gerakan yang berkelanjutan  
Diskrit, diskrit tetapi berbeda

## **3.keterampilan motorik kontinyu**

merupakan aktivitas yang dilakukan dalam waktu yang lama dan gerakan yang sama ,  
sambungan diskrit, diskrit yang sama.contoh:  
gabungan dari diskrit

# Lanjutan

## **III. Gerakan ditinjau dari stabilitas lingkungan**

### **1. Keterampilan close / close skill**

### **2. Keterampilan open/ open skill**

Keterampilan tertutup merupakan keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang relatif stabil dan dapat diduga. Contoh: bowling, golf, panahan, senam, dan renang.

# Lanjutan

- Keterampilan terbuka/ open skill merupakan keterampilan-keterampilan yang melibatkan lingkungan selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan sebelumnya.

Contoh : pukulan-pukulan pada tenis dan softball yg kedatangan bola dari lawan sering tidak diduga sebelumnya, baik dalam hal kecepatan maupun arahnya.

# Lanjutan

## **III. Gerakan ditinjau dari stabilitas lingkungan**

### **1. Keterampilan close / close skill**

### **2. Keterampilan open/ open skill**

Keterampilan tertutup merupakan keterampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang relatif stabil dan dapat diduga. Contoh: bowling, golf, panahan, senam, dan renang.

# Lanjutan

- Keterampilan terbuka/ open skill merupakan keterampilan-keterampilan yang melibatkan lingkungan selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan sebelumnya.

Contoh : pukulan-pukulan pada tenis dan softball yg kedatangan bola dari lawan sering tidak diduga sebelumnya, baik dalam hal kecepatan maupun arahnya.