

PERKEMBANGAN FISIK

Fase Fondasi (4-6 Tahun)



Aspek Perkembangan Fisik

- ✓ **Aktif bergerak & menunjukkan minat** pada aktivitas **menulis, membaca,** dan **berhitung.**

Ciri Perkembangan Fisik

	4 - 5 Tahun	5 - 6 Tahun
Motorik Kasar	<ul style="list-style-type: none">• Berlari, berhenti, dan melompat dengan lincah.• Lompat dengan satu kaki dan berjalan di garis lurus.• Suka memanjat tangga, pohon, dan permainan seperti perosotan.• Menuruni tangga dengan kaki bergantian.• Berlatih memperkirakan kecepatan, jarak, dan sasaran.	<ul style="list-style-type: none">• Melompat 10 kali ke depan tanpa henti.• Jalan mundur dengan berjinjit.• Mengayuh sepeda roda 3 dengan baik dan mulai menguasai sepeda roda 2.• Menuruni tangga tanpa berpegangan.• Menangkap bola dari jarak 1 meter.
Motorik Halus	<ul style="list-style-type: none">• Memegang krayon/alat tulis dengan 3 jari: ibu jari, telunjuk, dan jari tengah.• Bisa membuat lingkaran.• Memotong dengan gunting.• Meronce benda.• Membuat berbagai bentuk dengan plastisin.• Punya tujuan dan rencana saat menggambar dan mewarnai, meskipun masih kesulitan mempraktikkannya.	<ul style="list-style-type: none">• Punya kontrol yang baik saat memegang pensil dan mewarnai sesuai bidang.• Menggunting mengikuti garis, tapi kontrol tangan belum baik.• Memasang resleting dan kancing.• Mulai bisa mengikat tali.• Sudah menggunakan tangan yang dominan.



PERKEMBANGAN FISIK

Fase Fondasi (4-6 Tahun)



Tantangan Perkembangan Fisik

- **Apakah anak hiperaktif?**
 - ✓ Wajar jika anak banyak bergerak
 - ✓ Pastikan aman tanpa mengancam atau menakut-nakuti
 - ✓ Hindari memberikan diagnosa tanpa konsultasi pakar
- **Anak merasa terpaksa menulis atau memegang anak tulis?**
 - ✓ Hindari memaksa dan pastikan anak mendapatkan stimulasi pramenulis

Stimulasi dan Dukungan Perkembangan Fisik

Motorik Kasar	Motorik Halus
<ol style="list-style-type: none">1. Permainan di luar ruangan dan banyak melibatkan aktivitas berlari, lompat, dan berguling.2. Mencoba beragam olahraga permainan, yang dilakukan sendiri maupun berkelompok.	<ol style="list-style-type: none">1. Permainan dengan beragam alat dan bahan, misalnya, menggunakan tepung, biji-bijian, adonan, dan pasir.2. Meronce manik-manik, menempelkan kacang-kacangan pada objek tertentu, menjepit, menalikan sesuatu.

Bermain dengan bersungguh-sungguh bukan saja baik untuk perkembangan fisik peserta didik PAUD, tapi juga akan jadi memori indah sepanjang masa.