

PERKEMBANGAN FISIK

Fase B (8-10 Tahun)



Aspek Perkembangan Fisik

- ✓ Kekuatan, keseimbangan, & kecepatan gerakanya semakin baik.

Ciri Perkembangan Fisik

	8 - 9 Tahun	9 -10 Tahun
Motorik Kasar	<ul style="list-style-type: none">• Peningkatan keseimbangan, kecepatan, dan kekuatan fisik.• Mampu berbelok, melompat, dan berputar menjadi lebih luwes.• Mampu mencurahkan energi besar saat bermain.	<ul style="list-style-type: none">• Kecepatan dan kekuatan lengan, tangan serta kaki lebih baik.• Percaya diri dan mampu melakukan aktivitas fisik dengan durasi lebih lama.
Motorik Halus	<ul style="list-style-type: none">• Menyalin tulisan/angka dari papan tulis/saat didikte dengan lebih tepat/akurat.• Menulis di buku bergaris dengan ukuran huruf yang lebih kecil.	<ul style="list-style-type: none">• Menggambar dengan detail.• Senang kerja tangan, seperti prakarya, memasak, menjahit

Tantangan Perkembangan Fisik

- **Ada anak yang tidak suka mencoba aktivitas fisik yang baru, ada yang pernah mengalami juga?**
 - ✓ Respon anak terhadap perubahan fisik berbeda-beda
 - ✓ Ada yang banyak bertanya, ada yang berdiam diri
 - ✓ Ajak mengobrol secara personal dengan rileks
 - ✓ Ceritakan pengalaman pendidik saat mengalami hal yang sama dulu



PERKEMBANGAN FISIK

Fase B (8-10 Tahun)



- **Anak suka mencoba aktivitas yang “berbahaya” secara fisik dan rentan cedera, perlu diantisipasi?**



- Belum cukup baik mempertimbangkan yang aman dan tidak
- Diskusikan batasan-batasan yang penting mereka ketahui
- Hindari mengancam dan menakut-nakuti

Stimulasi dan Dukungan Perkembangan Fisik

1. Diskusikan dan bantu peserta didik melihat sisi positif dari perubahan fisiknya.
2. Beri peserta didik kesempatan untuk berkegiatan secara fisik, baik secara individu maupun berkelompok, di dalam maupun luar ruangan.

Menikmati kegiatan fisik sejak dini akan menjadi modal penting untuk membangun kebiasaan baik hingga dewasa nanti. Mari kita dukung peserta didik menjalaninya dengan kesadaran dan senang hati.

