

Karakteristik Psikologis dan Sosial Anak Sekolah Dasar

Kisaran usia anak besar berada pada rentang 5 sampai 12 tahun. Usia ini disebut juga sebagai usia sekolah.

Karakteristik Anak sampai umur 9 tahun :

- Imajinatif serta menyenangi suara dan gerak ritmik
- Menyenangi pengulangan aktivitas dan berkompetitif, dan rasa ingin tahunya besar
- Selalu memikirkan sesuatu yang dibutuhkan dan menyenangi aktivitas kelompok
- Meningkatnya minat pada permainan yang terorganisasi
- Cenderung membandingkan dirinya dengan teman-tamannya, senang menirukan idola
- Mudah gembira dan sedih, selalu menginginkan persetujuan orang dewasa tentang apa yang diperbuat.

Karakteristik Anak Usia Antara 10-12 tahun :

- Menyenangi permainan aktif
- Minat terhadap olahraga kompetitif dan permainan terorganisasi meningkat
- Rasa kebanggaan akan keterampilan yang dikuasai tinggi
- Mencari perhatian orang dewasa
- Pemujaan kepahlawanan tinggi
- Mudah gembira, kondisi emosionalnya tidak stabil
- Mulai memahami arti akan waktu dan ingin mencapai sesuatu pada waktunya.

I. Aktivitas Yang Diperlukan Anak Besar

1. Aktivitas yang menggunakan keterampilan untuk mencapai tujuan tertentu. Bentuk aktivitasnya :

- a. Pengenalan keterampilan olahraga, contoh : bermain bola.

- b. Bermain dalam situasi berlomba/bertanding, dengan pengorganisasian yang sederhana, contohnya : melempar bola, adu lari.
 - c. Aktivitas pengujian diri dan yang menggunakan alat-alat, contohnya meniti balok titian.
 - d. Berlatih dalam situasi drill.
2. Aktivitas secara beregu atau berkelompok.
 - a. Aktivitas bermain atau berlomba beregu
 - b. Bermain atau menari berkelompok dengan membentuk komposisi tertentu.
 3. Aktivitas mencoba-coba.
 - a. Aktivitas mengatasi masalah menurut cara dan kemampuan anak masing-masing
 - b. Aktivitas gerak tari kreatif
 - c. Aktivitas latihan gerak untuk pengembangan.
 4. Aktivitas untuk meningkatkan kemampuan fisik dan keberanian dalam bentuk aktivitas individual atau permainan kelompok, terutama yang melibatkan kekuatan dan ketahanan.
 - a. Permainan *combatives* (perang-perangan)
 - b. Program latihan untuk pengembangan kemampuan fisik
 - c. Latihan relaksasi.

Peranan guru penjas sangat besar dalam memberi pengarahan dan bimbingan pada anak besar. Sesuai dengan sifat psiko-sosial anak, guru bisa menempatkan dirinya sebagai orang dewasa yang bias dipercaya, memberikan perhatian, persetujuan dan dorongan kepada anak untuk berbuat sebaik-baiknya.