

MODUL AJAR



Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

A. INFORMASI UMUM MODUL

Nama Penyusun	:
Instansi/Sekolah	: SDN
Jenjang / Kelas	: SD / II
Alokasi Waktu	: 2 s.d 4 Kali Pertemuan (6 s.d 12 JP)
Tahun Pelajaran	: 20.. / 20..

B. KOMPONEN INTI

Capaian Pembelajaran Fase A

Pada akhir fase A, peserta didik dapat menunjukkan berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak sebagai hasil peniruan dari berbagai sumber, memahami konsep dan prinsip gerak yang benar, memahami dan mempraktikkan aktivitas jasmani untuk pengembangan kebugaran dan pola perilaku hidup sehat, menunjukkan perilaku awal tanggung jawab personal dan sosial, serta menerima nilai-nilai aktivitas jasmani.

Fase B Berdasarkan Elemen

Elemen Keterampilan Gerak	Pada akhir fase A peserta didik menunjukkan kemampuan dalam menirukan aktivitas pola gerak dasar, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).
Elemen Pengetahuan Gerak	Pada akhir fase A peserta didik memahami prosedur dalam melakukan pola gerak dasar, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).
Elemen Pemanfaatan Gerak	Pada akhir fase A peserta didik memahami prosedur dan mampu mempraktikkan latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan. Peserta didik juga memahami prosedur dan mampu mempraktikkan pola perilaku hidup sehat berupa mengenali nama dan fungsi anggota tubuh, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan.
Elemen Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai-nilai Gerak	Pada akhir fase A peserta didik menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menyimak arahan dan umpan balik yang diberikan guru, mulai dapat menghormati orang lain, serta menerima ragam keragaman yang didapat melalui aktivitas jasmani.
Tujuan Pembelajaran	Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mengategorikan dan mampu mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama dengan benar sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Proil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap, seperti mandiri dan gotong royong, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
Pertanyaan Pemantik	Mengapa peserta didik perlu menunjukkan kemampuan dalam mengategorikan dan mampu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama? Manfaat apa yang peserta didik dapatkan setelah mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama?
Profil Pancasila	Mandiri dan Gotong royong
Kata kunci	Keterampilan Gerak, Pengetahuan Gerak, Pengembangan Karakter, dan Internalisasi Nilai-Nilai Gerak Melalui Aktivitas Pola Gerak Dasar Locomotor dan Nonlokomotor Sesuai dengan Irama (Ketukan) Tanpa/dengan Musik dalam Aktivitas Gerak Berirama.

Target Peserta Didik :	Jumlah Siswa :
Peserta didik Reguler	30 Peserta didik (dimodifikasi dalam pembagian jumlah anggota kelompok ketika jumlah siswa sedikit atau lebih banyak)
Assesmen :	Jenis Assesmen :
Guru menilai ketercapaian tujuan pembelajaran - Asesmen individu - Asesmen kelompok	- Presentasi - Produk - Tertulis - Unjuk Kerja - Tertulis
Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran Utama / Pengaturan peserta didik :
- Tatap muka	- Individu - Berkelompok (Lebih dari dua orang)
Ketersediaan Materi :	
• Pengayaan untuk peserta didik berprestasi tinggi: YA/TIDAK • Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas untuk peserta didik yang sulit memahami konsep: YA/TIDAK	
Metode :	
• Demonstrasi • Penugasan • Permainan • Ceramah • Simulasi • Resiprokal * guru dapat memilih salah satu metode atau menggabungkan beberapa metode yang akan digunakan.	
Sarana dan Prasarana	
• Lembar Kerja Siswa (student worksheet) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak, • tape recorder, • VCD senam ritmik/aktivitas gerak berirama, • peluit dan stopwatch, • lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruangan kelas).	
Materi Pembelajaran	
a. Materi Pembelajaran Reguler Mengategorikan fakta, konsep, dan prosedur, serta mampu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	

- Gerakan langkah kaki, diantaranya gerakan berjalan maju mundur sesuai dengan irama, berjalan maju mundur dua langkah sesuai dengan irama, berjalan maju mundur sesuai dengan irama secara berpasangan, berjalan maju mundur sesuai dengan irama secara berkelompok, bergeser ke kanan dan ke kiri sesuai dengan irama, bergeser ke kanan dan ke kiri diiringi lagu *Cicak-Cicak di Dinding*, bergeser ke kanan dan ke kiri secara berpasangan, bergeser ke kanan dan ke kiri secara berkelompok, mengayunkan kaki ke depan, mengayunkan kaki ke samping, dan mengayunkan kaki ke belakang.

b. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai saja (berdasarkan identifikasi). Materi dapat dimodifikasi dengan menambah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan memasangkan peserta didik dan belajar dalam kelompok agar dapat saling membantu, serta mencoba berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

c. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan lebih tinggi dari materi reguler. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi.

Sumber Belajar :

1. Sumber Utama

- Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas II SD
- Buku PJOK lain yang relevan
- Internet

2. Sumber Alternatif

Guru juga dapat menggunakan alternatif sumber belajar yang terdapat di lingkungan sekitar dan disesuaikan dengan tema yang sedang dibahas.

Persiapan Pembelajaran :

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut.

- 1) Membaca kembali Modul Ajar (MA) yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- 2) Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
- 3) Menyiapkan alat dan fasilitas pembelajaran, diantaranya:
 - Lembar Kerja Siswa (student worksheet) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak,
 - tape recorder,
 - VCD senam ritmik/aktivitas gerak berirama,
 - peluit dan stopwatch,
 - lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruangan kelas).

Kegiatan pembelajaran :

Pendahuluan

- Peserta didik diminta untuk berbaris di lapangan sekolah, dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, serta berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan, mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, dan berdoa.
- Peserta didik dipastikan dalam keadaan sehat, bila ada yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat.
- Peserta didik dikondisikan dalam suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga.
- Guru mengecek kemampuan yang sudah dipelajari peserta didik melalui tanya jawab sebagai asesmen awal dalam materi pola gerak dasar lokomotor. Hasil dari asesmen awal ini dapat digunakan untuk membagi kelompok yang mengakomodir perbedaan kemampuan peserta didik melalui pembelajaran berdiferensiasi (kemampuan yang berbeda). Contoh pertanyaan asesmen awal seperti pada tabel berikut ini.
 - Isikan identitas peserta didik.
 - Berikan tanda centang (3) pada kolom YA atau TIDAK yang ada dalam pertanyaan sesuai dengan kemampuan peserta didik.
 - Isilah pertanyaan berikut dengan jujur.

Nama:

Kelas:

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Saya dapat melakukan gerakan melompat.		
2	Saya dapat melakukan gerakan meloncat.		
3	Saya dapat melakukan gerakan berguling ke depan.		
4	Saya dapat melakukan gerakan berguling ke belakang.		
Sangat Baik		Baik	Cukup
Jika menjawab 4 jawaban YA		Jika menjawab 3 jawaban YA	Jika menjawab 2 jawaban YA
			Jika menjawab 1 jawaban YA

- Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama.
- Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari, yaitu aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama.
- Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas gerak berirama, baik kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: memahami aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan, yaitu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar aktivitas gerak berirama dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter, seperti gotong royong dan mandiri.
- Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dengan perasaan yang menyenangkan ketika menerima materi yang diajarkan. Pemanasan dalam bentuk permainan *Aku Bisa Berhitung* seperti berikut.
 - Peserta didik membuat lingkaran besar.
 - Seluruh peserta didik berjalan membentuk lingkaran.
 - Bernyanyi sambil bertepuk tangan, pilihlah lagu yang menyenangkan.

- (4) Contoh lagu *Balonku Ada Lima*.
- (5) Guru memberikan aba-aba perintah “ber dua”, maka peserta didik segera mencari pasangan.
- (6) Bagi peserta didik yang tidak mendapat pasangan akan mendapat stiker atau sejenisnya yang ditempel di wajahnya.
- (7) Peserta didik yang di akhir permainan mendapatkan stiker di wajahnya akan mendapat hukuman menirukan hewan saat berjalan.
- (8) Peserta didik diminta untuk melakukan permainan ini selama 10–15 menit.



Gambar 5.1 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran bermain *Aku Bisa Berhitung*.

- i) Dalam pembelajaran ini disamping dapat mengembangkan elemen keterampilan gerak dan pengetahuan gerak, peserta didik juga diharapkan dapat mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak, seperti berkolaborasi, kepedulian, berbagai pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, meregulasi diri, dan dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan inti

Setelah peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk permainan sederhana, yaitu permainan lompat tali, maka akan dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat.

Gerakan melompat adalah gerakan yang dilakukan untuk menjauhi permukaan tanah atau lantai, yang dilakukan secara horizontal, ke depan, ke samping atau ke belakang dan menggunakan otot kaki dalam melakukannya.

Gerakan meloncat adalah gerakan yang dilakukan untuk menjauhi permukaan tanah atau lantai, dilakukan secara vertikal atau ke atas yang menggunakan otot kaki dalam melakukannya.

Peserta didik diminta untuk mengamati dan kemudian mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta didik diminta untuk menceritakan hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat. Jika peserta didik menemukan kesulitan, minta bantuan guru.

Peserta didik diminta untuk mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat dengan saksama.



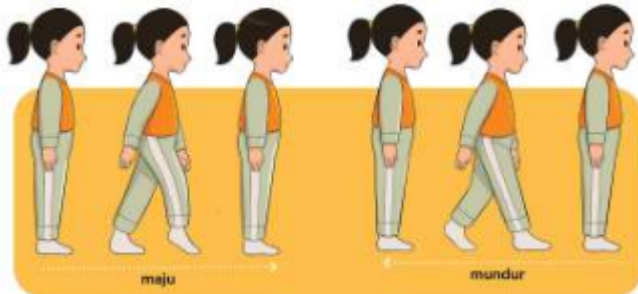
Aktivitas Pembelajaran 1

a) Aktivitas pembelajaran 1: mengategorikan fakta, konsep, dan prosedur, serta mampu mempraktikkan gerakan langkah kaki aktivitas gerak berirama

(1) Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur sesuai dengan irama

Langkah-langkah pembelajaran:

- sikap permulaan peserta didik berdiri tegak, kedua kaki rapat,
- kedua lengan di samping badan, pandangan lurus ke depan,
- langkahkan kaki kanan ke depan satu langkah diikuti kaki kiri, jatuhkan ujung kaki terlebih dahulu,
- langkahkan kaki kanan ke belakang satu langkah diikuti kaki kiri,
- peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.2 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur sesuai dengan irama.

(2) Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur dua langkah sesuai dengan irama

Langkah-langkah pembelajaran:

- sikap awal peserta didik berdiri tegak dan kedua tangan di samping badan,
- kemudian berjalan maju dua langkah dan berjalan mundur dua langkah,
- pandangan lurus ke depan,
 - hitungan 1 : kaki kanan maju satu langkah ke depan diikuti kaki kiri,
 - hitungan 2 : kaki kanan maju satu langkah ke depan diikuti kaki kiri,
 - hitungan 3 : kaki kanan mundur satu langkah diikuti kaki kiri,
 - hitungan 4 : kaki kanan mundur satu langkah diikuti kaki kiri,
 - hitungan 5-8 : gerakannya seperti pada hitungan 1-4,
- peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



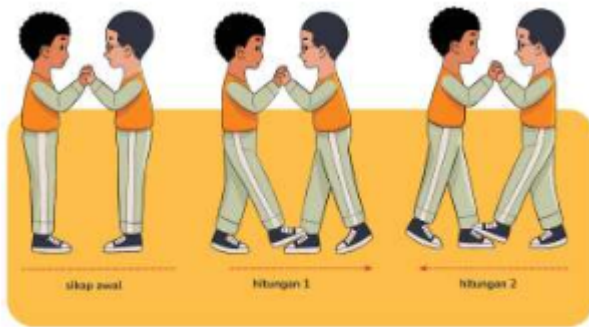
Gambar 5.3 Peserta didik melakukan gerakan berjalan maju-mundur dua langkah sesuai dengan irama.

(3) Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju mundur sesuai dengan irama secara berpasangan

Langkah-langkah pembelajaran:

- peserta didik berdiri tegak saling berhadapan, kedua tangan saling berpegangan,
- ikuti gerakan sesuai hitungan,
 - hitungan 1 : peserta didik pertama melangkahkan kaki kanan satu langkah ke depan, peserta didik kedua melakukan gerakan sebaliknya,
 - hitungan 2 : peserta didik pertama melangkahkan kaki kanan satu langkah ke belakang dan peserta didik kedua melakukan gerakan sebaliknya,
 - hitungan 3-4 : mengulang hitungan 1-2,
 - hitungan 5-8 : gerakannya seperti pada hitungan 1-4,
- lakukan gerakan dengan serasi agar tidak bertabrakan,
- peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.

(e) dilanjutkan dengan bergerak mengikuti irama lagu Naik-Naik Kepuncak Gunung.



Gambar 5.4 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur sesuai dengan irama secara berpasangan.

(4) Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur sesuai dengan irama secara berkelompok

Langkah-langkah pembelajaran:

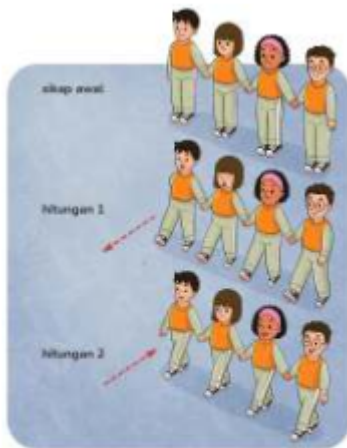
(a) peserta didik membuat beberapa kelompok kecil.

(b) masing-masing kelompok melakukan gerakan berjalan maju-mundur secara berkelompok dengan menyanyikan lagu Di Sini Senang di Sana Senang atau lagu lainnya.

(c) sikap awal berdiri tegak saling bergandengan tangan.

- hitungan 1 : langkahkan kaki kanan satu langkah ke depan secara bersama-sama,
- hitungan 2 : langkahkan kaki kanan satu langkah ke belakang secara bersama-sama,
- hitungan 3–4 : mengulang hitungan 1–2,
- hitungan 5–8 : gerakannya seperti pada hitungan 1–4,

(d) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.5 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan berjalan maju-mundur sesuai dengan irama secara berkelompok.

(5) Aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri sesuai dengan irama

Langkah-langkah pembelajaran:

(a) sikap permulaan peserta didik berdiri tegak,

(b) kedua kaki rapat, kedua tangan di pinggang,

(c) pandangan lurus ke depan,

(d) kaki kanan bergeser satu langkah ke kanan diikuti kaki kiri,

(e) kaki kiri bergeser satu langkah ke kiri diikuti kaki kanan,

(f) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.6 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri sesuai dengan irama.

(6) Aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri diiringi lagu *CicakCicak di Dinding* atau lagu lainnya

Langkah-langkah pembelajaran:

- (a) peserta didik berdiri tegak, kedua tangan di pinggang, pandangan lurus ke depan,
- (b) peserta didik melakukan gerakan bergeser ke samping kanan dan ke kiri,
 - hitungan 1 : kaki kanan bergeser satu langkah ke kanan diikuti kaki kanan,
 - hitungan 2 : kaki kiri bergeser satu langkah ke kiri diikuti kaki kanan
 - hitungan 3–4 : mengulang hitungan 1–2,
 - hitungan 5–8 : gerakannya seperti pada hitungan 1–4,
- (c) gerakan ini dilakukan 2×8 hitungan,
- (d) dilanjutkan dengan mengikuti irama lagu lihat kebunku,
- (e) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.7 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri dengan iringan lagu.

(7) Aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri secara berpasangan

Langkah-langkah pembelajaran:

- (a) sikap permulaan peserta didik berpasangan, berdiri saling berhadapan.
- (b) setiap pasangan melakukan gerakan bergeser ke kanan dan kiri.
- (c) kedua tangan saling bersentuhan,
 - hitungan 1 : peserta didik pertama kaki kanan bergeser satu langkah ke kanan dan peserta didik kedua mengikuti gerakannya,
 - hitungan 2 : peserta didik pertama kaki kiri bergeser satu langkah ke kiri dan peserta didik kedua mengikuti gerakannya,
 - hitungan 3–4 : mengulang hitungan 1–2,
 - hitungan 5–8 : gerakannya seperti pada hitungan 1–4,
- (d) gerakan ini dilakukan dalam 2×8 hitungan,
- (e) dilanjutkan dengan mengikuti irama lagu *Cicak-Cicak di Dinding* atau lagu lainnya.
- (f) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.8 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri secara berpasangan.

(8) Aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri secara berkelompok

Langkah-langkah pembelajaran:

- peserta didik membuat formasi bersaf dengan kedua lengan saling bergandengan,
- sikap permulaan berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu,
- lakukan gerakan bergeser ke kanan dan kiri secara bersama-sama,
 - hitungan 1 : kaki kanan bergeser satu langkah ke kanan diikuti kaki kiri,
 - hitungan 2 : kaki kiri bergeser satu langkah ke kiri diikuti kaki kanan,
 - hitungan 3–4 : mengulang hitungan 1–2,
 - hitungan 5–8 : gerakannya seperti pada hitungan 1–4,
- peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan,
- dilanjutkan dengan mengikuti irama lagu *Cicak-Cicak di Dinding* atau lagu lainnya.



Gambar 5.9 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri secara berkelompok.

(9) Aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan kaki ke depan

Langkah-langkah pembelajaran:

- sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu,
- kemudian peserta didik membuat barisan bersaf dan merentangkan kedua lengan,
- bersama teman satu kelompok lakukan gerakan mengayunkan kaki ke depan,
- sikap awal berdiri tegak, kedua tangan di pinggang,
 - hitungan 1 : kaki kiri diayunkan ke depan,

Prosedur Kegiatan Pembelajaran (Pertemuan 3 s.d. 4)

a. Materi Pembelajaran Reguler

Mengategorikan fakta, konsep, dan prosedur, serta mampu mempraktikkan aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama.

- Gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama, diantaranya mengayunkan lengan ke kiri, ke depan, ke kanan dan mengayunkan lengan ke depan, ke atas, dan ke belakang.

b. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai saja (berdasarkan identifikasi). Materi dapat dimodifikasi dengan menambah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan

memasangkan peserta didik dan belajar dalam kelompok agar dapat saling membantu, serta mencoba berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

c. Materi Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan lebih tinggi dari materi regular. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, mengubah lingkungan permainan, dan mengubah jumlah pemain di dalam permainan yang dimodifikasi..

Persiapan Mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut.

- Membaca kembali Modul Ajar (MA) yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
- Menyiapkan alat dan fasilitas pembelajaran, diantaranya:
 - Lembar Kerja Siswa (student worksheet) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak,
 - tape recorder,
 - VCD senam ritmik/aktivitas gerak berirama,
 - peluit dan stopwatch,
 - lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruangan kelas).

Kegiatan pendahuluan

Langkah-langkah sama seperti konsep pada pertemuan pertama dengan menyesuaikan materinya (seperti pada halaman 148).

Kegiatan inti

Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan langkah kaki aktivitas gerak berirama, maka akan dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama.

Peserta didik diminta untuk mengamati dan kemudian mempraktikkan aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta didik diminta untuk menceritakan hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama.

Kemudian peserta didik diminta untuk mendiskusikan cerita dan pengalaman tersebut dengan teman sekelompoknya. Jika menemukan kesulitan, peserta didik dipersilakan untuk meminta bantuan kepada guru. Peserta didik diminta untuk mempelajari aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama dengan saksama.



Aktivitas Pembelajaran 2

b) Aktivitas pembelajaran 2: mengategorikan fakta, konsep, dan prosedur, serta mampu mempraktikkan gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama.

Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama antara lain sebagai berikut.

(1) Aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan ke kiri, ke depan, dan ke kanan

Langkah-langkah pembelajaran:

- (a) sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu,
 - (b) kemudian membuat beberapa kelompok kecil dan membuat formasi bersaf,
 - (c) masing-masing kelompok melakukan gerakan mengayun lengan ke kiri, ke depan, dan ke kanan sesuai irama,
 - (d) sikap awal berdiri tegak, kedua tangan di samping badan pandangan lurus ke depan,
- hitungan 1 : kedua lengan diayunkan ke samping kiri,

- hitungan 2 : kedua lengan diayunkan ke depan,
 - hitungan 3 : kedua lengan diayunkan ke samping kanan,
 - hitungan 4 : kedua lengan kembali ke depan,
 - hitungan 5 : kedua lengan diayunkan ke kiri,
 - hitungan 6 : kedua lengan diayunkan ke depan,
 - hitungan 7 : kedua lengan diayunkan ke kanan,
 - hitungan 8 : kedua lengan kembali ke depan,
- (e) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.13 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan ke kiri, ke depan, dan ke kanan.

(2) Aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan ke depan, ke atas, dan ke belakang

Langkah-langkah pembelajaran:

- sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu,
 - kedua tangan di samping badan, dan pandangan ke depan,
 - kemudian membuat barisan bersaf dan merentangkan kedua lengan,
 - bersama teman satu kelompok melakukan gerakan mengayunkan lengan ke depan, ke atas, dan ke belakang,
 - kedua tangan berada di samping badan,
- hitungan 1 : kedua lengan diayunkan ke depan,
 - hitungan 2 : kedua lengan diayunkan ke atas,
 - hitungan 3 : kedua lengan diayunkan ke depan,
 - hitungan 4 : kedua lengan diayunkan ke belakang,
 - hitungan 5–8 : ulangi gerakan hitungan 1–4
- (f) peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini sebanyak 2×8 hitungan.



Gambar 5.14 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan ke depan, ke atas, dan ke belakang.

Kegiatan penutup

- Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru menanyakan apa manfaat dari pendinginan.

- Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan/kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama Aktivitas Gerakan Bertumpu, Bergantung, Keseimbangan, Berpindah/Lokomotor, Tolakan, Putaran, Ayunan, Melayang, dan Mendarat..
- Guru menugaskan peserta didik untuk membaca dan membuat kesimpulan mengenai aktivitas pembelajaran Aktivitas Gerakan Bertumpu, Bergantung, Keseimbangan, Berpindah/Lokomotor, Tolakan, Putaran, Ayunan, Melayang, dan Mendarat., hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
- Guru mengajak peserta didik untuk berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk memimpin doa.
- Peserta didik kembali ke kelas dengan tertib, dan beberapa peserta didik ditugaskan untuk mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Kegiatan Alternatif

Guru dapat mengembangkan lagi bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran gerakan mengayunkan lengan aktivitas gerak berirama, sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.

Kegiatan pembelajaran dapat pula dilakukan dengan demonstrasi dan komando. Jika penugasan dengan menggunakan lembar tugas tidak berjalan dengan baik, maka perlu didahului dengan demonstrasi/menggunakan lembar peraga/atau media lain yang sesuai.

Refleksi Guru

Lembar Refleksi Diri Guru

- Tuliskan pokok bahasan dan pertemuan materi yang diajarkan.
- Berikan tanda centang (3) pada kolom YA atau TIDAK sesuai dengan kondisi guru saat dalam proses pembelajaran.
- Isilah pernyataan berikut dengan jujur.

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Keterangan / Proses Perbaikan
1	Proses pembelajaran secara umum berlangsung dengan menarik, menyenangkan, menantang, dan bermakna.			
2	Tujuan pembelajaran dapat dicapai.			
3	Materi pembelajaran tersampaikan dengan baik.			
4	Metode pembelajaran yang digunakan efektif.			
5	Media/bahan/alat yang dipilih dan digunakan tepat dan variatif.			
6	Penilaian proses dan hasil belajar dilakukan dengan teknik yang tepat.			
7	Keterlibatan dan antusiasme peserta didik baik.			

Catatan:

Lembar Refleksi Diri (Sikap) Peserta Didik

1. Isikan identitas peserta didik.
2. Berikan tanda centang pada kolom YA atau TIDAK sesuai dengan keyakinan peserta didik.
3. Isilah pernyataan berikut dengan jujur.

No	Pernyataan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Saya mengikuti pembelajaran gerakan langkah kaki dan ayunan lengan aktivitas gerak berirama dengan sungguh-sungguh.		
2	Saya belajar gerakan langkah kaki dan ayunan lengan aktivitas gerak berirama secara mandiri.		
3	Saya mengerjakan tugas dari guru tanpa meminta bantuan orang lain.		
4	Saya berperan aktif dalam mengerjakan tugas kelompok		
5	Saya saling membantu dalam melakukan tugas kelompok		
6	Saya berbagi tugas dalam mengerjakan tugas kelompok		

Sangat Baik	Baik	Cukup	Perlu Perbaikan
Jika menjawab 6 jawaban YA	Jika menjawab 4–5 jawaban YA	Jika menjawab 2–3 jawaban YA	Jika menjawab 1 jawaban YA

Lembar Releksi Penilaian (Sikap) Antarteman Peserta Didik

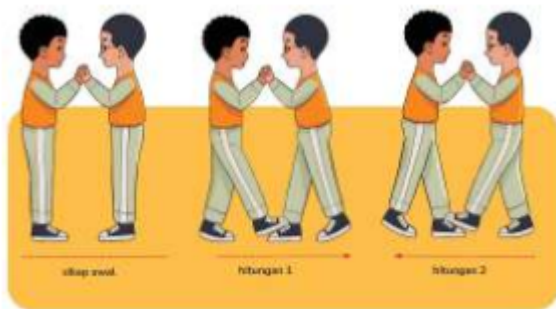
- a. Isikan identitas teman peserta didik.
- b. Berikan tanda centang pada kolom YA atau TIDAK sesuai dengan keyakinan peserta didik.
- c. Isilah pernyataan berikut dengan jujur.

No	Pernyataan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Teman saya mampu bekerja sama dengan teman lain.		
2	Teman saya mau berkomunikasi dengan teman lain.		
3	Teman saya lebih mengutamakan kepentingan teman lain.		
4	Teman saya hadir mengikuti pelajaran PJOK tepat waktu.		
5	Teman saya merupakan seseorang yang percaya diri		

Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
Jika menjawab 5 jawaban YA	Jika menjawab 3–4 jawaban YA	Jika menjawab 2 jawaban YA	Jika menjawab 1 jawaban YA

Asesmen Pengetahuan

- a. Contoh penilaian pengetahuan pilihan ganda
 - 1) Teknik : Tes Tulis
 - 2) Bentuk : Pilihan Ganda
 - 3) Contoh Instrumen:
- Perhatikan gambar berikut ini.



Berdasarkan hasil pengamatan, gambar di atas merupakan gerakan

- berjalan maju mundur dan melompat
- berjalan maju mundur sesuai dengan irama
- berjalan maju mundur dua langkah sesuai dengan irama
- berjalan maju mundur sesuai dengan irama secara berpasangan

b. Contoh penilaian pengetahuan menjodohkan

1) Teknik : Tes Tulis

2) Bentuk : Menjodohkan

3) Contoh Instrumen:

Jodohkan gambar aktivitas gerak berirama dengan kolom alternatif jawaban.

Tulis jawaban pada kolom jawaban.

No.	Bentuk Aktivitas	Jawaban	Alternatif Jawaban
1.			A. berjalan maju mundur sesuai dengan irama secara berkelompok. B. gerakan bergeser ke kanan dan ke kiri sesuai dengan irama. C. gerakan mengayunkan kaki ke belakang.

2.			D. mengayunkan lengan ke kiri, ke depan, ke kanan. E. mengayunkan lengan ke depan, ke atas, dan ke belakang.
3.			
4.			
5.			

Asesmen Keterampilan

a. Instrumen untuk Penilaian Proses Gerak

1) Tes kinerja aktivitas pembelajaran gerakan langkah kaki dan ayunan lengan aktivitas gerak berirama

a) Butir tes

Lakukan aktivitas pembelajaran gerakan langkah kaki dan ayunan lengan aktivitas gerak berirama. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesesuaian melakukan gerakan (penilaian proses), meliputi sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan sikap akhir.

b) Petunjuk asesmen

Berikan nilai (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

(1) Isikan identitas peserta didik.

(2) Berikan tanda centang (3) pada kolom (1) jika (Ya) dan kolom (0) jika Tidak, sesuai dengan penampilan keterampilan gerak yang dilakukan atau ditunjukkan peserta didik.

2) Rubrik asesmen keterampilan gerak

Contoh lembar asesmen proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar asesmen).

Nama : : _____ Kelas : : _____

N0	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1	Sikap Awal	Kaki		
		Badan		
		Lengan dan Tangan		
		Pandangan Mata		

2	Pelaksanaan Gerak	Kaki		
		Badan		
		Lengan dan Tangan		
		Pandangan Mata		
3	Sikap Akhir	Kaki		
		Badan		
		Lengan dan Tangan		
		Pandangan Mata		
Sangat Baik		Baik	Cukup	Perlu Perbaikan
Jika mendapat skor > 9 dalam keterampilan yang ditunjukkan.		Jika mendapat skor 7 s.d. 9 dalam keterampilan yang ditunjukkan.	Jika mendapat skor 4 s.d. 6 dalam keterampilan yang ditunjukkan.	Jika mendapat skor < 4 dalam keterampilan yang ditunjukkan.

3) Pedoman penskoran

(a) Skor 1 jika peserta didik dapat melakukan gerakan dengan benar.

(b) Skor 0 jika peserta didik tidak melakukan gerakan dengan benar.

Contoh lembar penilaian proses gerak untuk seluruh peserta didik.

No	Nama Peserta didik	Sikap Awal				Pelaksanaan Gerak				Sikap Akhir				Skor Akhir
1		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	
2														
3														
dst														

b. Instrumen untuk Penilaian Produk

- 1) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan berjalan, berlari, melompat/meloncat untuk perorangan peserta didik).

Nama :				
Kelas :				
Hasil Uji Keterampilan	Percobaan I		Percobaan II	
	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)
Langkah Kaki				
Ayunan Lengan				

- 2) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan langkah kaki dan ayunan lengan aktivitas gerak berirama untuk seluruh peserta didik)

No	Nama Peserta didik	Percobaan I						Percobaan II						Skor Terbaik	
		Jumlah Ulangan			Skor (Sesuai Norma)			Jumlah Ulangan			Skor (Sesuai Norma)				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1															

2															
3															
dst															

Keterangan: (1) Langkah kaki (2) Ayunan lengan

- 3) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan berjalan, berlari, melompat/meloncat untuk seluruh peserta didik).

Nama :		
Kelas :		
Hasil Uji Keterampilan	Kesempatan didapat (K)	Gerak lokomotor dilakukan dengan benar (GB)
	<i>Diisi dengan tally</i>	<i>Diisi dengan tally</i>
	$\text{Persentase } \frac{GB}{K} \times 100\% = \dots$	

- 4) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan berjalan, berlari, melompat/meloncat dalam permainan yang dimodifikasi untuk seluruh peserta didik).

No	Nama Peserta Didik	Hasil Uji Keterampilan		Persentase $\frac{GB}{K} \times 100\% = \dots\dots$
		Didapat Kesempatan yang	Gerak Locomotor Dilakukan dengan Benar	
1				
2				
3				
dst				

c. Pengolahan Nilai Uji Keterampilan

Contoh data yang didapat adalah sebagai berikut.

- 1) Skor keterampilan proses gerak peserta didik: 80.
- 2) Skor keterampilan produk gerak (dari contoh di atas diambil salah satu sesuai dengan kategori gerak (tertutup/terbuka/diskrit/kontinum, dan lain-lain), diujikan secara terpisah atau terintegrasi dalam permainan): 90.

Untuk memperoleh skor akhir, perlu diberikan pembobotan sesuai dengan tujuan akhir dari pembelajaran (contoh 70% untuk skor keterampilan proses gerak, dan 30% untuk skor keterampilan produk gerak).

Releksi Guru

Releksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil releksi dapat digunakan untuk menentukan perlakuan kepada peserta didik, apakah remedial atau pengayaan. Remedial dan pengayaanya di dalam pembelajaran, tidak terpisah setelah pembelajaran. Hal-hal yang perlu mendapat perhatian dalam releksi guru antara lain sebagai berikut.

1. Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?

2. Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses pembelajaran?
3. Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran tersebut?

Remedial dan Pengayaan

1. Remedial

Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran, yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari releksasi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.

2. Pengayaan

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan setelah diadakan asesmen pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. Pengayaan dilakukan dengan cara menaikkan tingkat kesulitan permainan dengan cara mengubah jumlah pemain, memperketat peraturan, menambah alat yang digunakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.

C. LAMPIRAN

Lembar Kegiatan Peserta Didik

Tanggal :
 Lingkup / Materi Pembelajaran :
 Nama Peserta Didik :
 Fase/Kelas : A/II

1. Panduan umum

- a. Pastikan peserta didik dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.
- b. Mulailah kegiatan dengan berdoa'a.
- c. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
- d. Selama kegiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.

2. Panduan aktivitas pembelajaran

- a. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 7 orang.
- b. Lakukan aktivitas pembelajaran gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama secara perseorangan, berpasangan dengan teman satu kelompok.
- c. Perhatikan penjelasan berikut ini.
 Cara melakukan aktivitas pembelajaran aktivitas gerak berirama, antara lain:
 1) gerakan langkah kaki dalam aktivitas gerak berirama,
 2) gerakan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama..

Bahan Bacaan Peserta Didik :

1. Materi gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama. Sumber bacaan tersebut dapat diperoleh melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

2. Mengamati video pembelajaran materi gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama dengan dibantu oleh orangtua, kakak atau saudara. Sumber video pembelajaran tersebut dapat diperoleh melalui internet atau sumber lainnya.

Bahan Bacaan Guru

1. Bentuk-bentuk gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama. Sumber bacaan tersebut dapat diperoleh melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
2. Mengamati video pembelajaran materi gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama. Sumber video pembelajaran tersebut dapat diperoleh melalui internet atau sumber lainnya.

Glosarium

aktivitas gerak berirama bentuk gerakan senam yang menekankan pada irama dan kelenturan tubuh dalam gerakan dan kontinuitas gerakan.

aktivitas gerak ritmik rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semat-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan di luar musik.

berbaris formasi barisan memanjang ke belakang.

berjalan biasa berjalan dengan menggunakan tumit terlebih dahulu.

berjalan cepat berjalan dengan tumit dan seluruh telapak kaki.

berjinjit berdiri atau berjalan dengan ujung jari kaki saja yang berjejak; berjengket.

berlari bergerak melangkah, ada saat kedua kaki melayang di udara.

gerak dasar suatu pola gerakan yang mendasari suatu gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks, seperti: gerak dasar manusia (berjalan, berlari, melompat, meloncat, dan melempar).

gerak lokomotor gerakan berpindah tempat dan bagian tubuh tertentu saja yang digerakkan, seperti berjalan, berlari, dan meloncat.

gerak nonlokomotor gerakan yang tidak berpindah tempat, dan bagian tubuh tertentu saja yang digerakkan, seperti mendorong, menarik, menekuk, dan memutar.

kebugaran jasmani kesanggupan seseorang untuk melakukan pekerjaan sehari-hari tanpa terlalu merasa kelelahan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dengan baik maupun melakukan pekerjaan yang mendadak.

kecepatan merupakan kemampuan berpindah dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu sesingkat-singkatnya.

kekuatan kemampuan otot-otot untuk menggunakan tenaga maksimal atau mendekati maksimal, untuk mengangkat beban.

kelenturan kemampuan untuk menggerakkan otot beserta persendian pada seluruh daerah pergerakan.

langkah perubahan injakan kaki dari satu tempat ke tempat lain, yang dapat dilakukan dengan posisi segaris, tegak lurus, dan serong.

lompat merupakan kegiatan mendorong tubuh dengan tumpuan satu kaki (contoh: lompat jauh, lompat tinggi, lompat galah).

loncat merupakan kegiatan mendorong tubuh dengan tumpuan dua kaki (contoh: loncat indah, loncat harimau, loncat katak).

mengayun menggerakkan lengan dan/atau tungkai ke depan, belakang, dan/atau ke samping.

mengoper bola memindahkan, mengirim bola.

pemanasan persiapan tubuh untuk melakukan gerakan yang sesungguhnya.

pembelajaran proses interaksi antarpeserta didik, antara peserta didik dengan tenaga pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.

pendidikan jasmani suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif, serta kecerdasan emosi.

pendinginan menurunkan suhu tubuh secara perlahan, mempersiapkan tubuh untuk melakukan aktivitas lain.

permainan sederhana permainan olahraga yang disederhanakan, penyederhanaan aturan main, jumlah pemain, lapangan, permainan, atau alat.

proil pelajar pancasila tujuan besar (atau bahkan misi) yang ingin diwujudkan melalui sistem pendidikan.

Daftar Pustaka:

Buck, Marilyn M. et al. *Instructional Strategies: for Secondary School Physical Education*. New York: McGraw Hill. 2007.

Freeman, William H. *Physical Education, Exercise and Sport Science in a Changing Society*.

Amazone: Jones & Bartlett Learning. 2007.

Kemendikbud. *Naskah Akademik Proil Pelajar Pancasila*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan, Kemendikbud. 2020.

Kemendikbud. *Capaian Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020.

-----, *Alur Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta:

Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020.

-----, *Modul Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020.

Lutan, Rusli. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Sekolah: Penguasaan Kompetensi dalam Konteks Budaya Gerak*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Perguruan Tinggi. 2005.

Mahendra, Agus dkk. *Implementasi Movement-Problem-Based Learning sebagai Pengembangan Paradigma Relective Teaching dalam Pendidikan Jasmani: Sebuah Community-Based Action Research di Sekolah Menengah di Kota Bandung*. 2006.

Muhajir. *Perspektif Guru PJOK Indonesia di Abad 21*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2019.

-----, *Belajar Gerak Dasar Lokomotor*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar Gerak Dasar Non Lokomotor*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar Gerak Dasar Manipulatif*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Aktivitas Gerak Berirama*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Aktivitas Senam Lantai*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Permainan Sepak Bola*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Permainan Bola Tangan*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Permainan Kasti*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Latihan Peningkatan Kebugaran Jasmani*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar dan Berlatih Aktivitas Air*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

-----, *Belajar Bahaya Merokok, Minuman Keras, dan Narkotika, Zat-Zat Aditif (NAPZA) dan Obat Berbahaya Lainnya*. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020.

Tim Direktorat SD. *Panduan Penilaian oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan Sekolah Dasar*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017.