



**MODUL AJAR KURIKULUM MERDEKA
(PROTOTYPE)**

SEKOLAH DASAR (SD/MI)

Nama penyusun : _____
Nama Sekolah : _____
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Fase B, Kelas / Semester : I (Satu) / II (Genap)

MODUL AJAR KURIKULUM MERDEKA (PROTOTIPE)
PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN SD KELAS 1

INFORMASI UMUM	
A. IDENTITAS MODUL	
Penyusun	:
Instansi	: SD
Tahun Penyusunan	: Tahun
Jenjang Sekolah	: SD.....
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Fase / Kelas	: A / 1
Bab / Tema	: 1. Aktivitas Gerak Berirama
Materi Pembelajaran	: 1. Pengenalan Irama dan Ketukan
Alokasi Waktu	: 2. Pola Langkah Aktivitas Gerak Berirama 3 kali pertemuan/3x35 menit
B. KOMPETENSI AWAL	
❖ Peserta didik telah mengenal dan mampu menirukan gerak menggunakan irama.	
C. DIMENSI PROFIL LULUSAN	
❖ Keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa. ❖ Kewargaan. ❖ Penalaran Kritis. ❖ Kreativitas. ❖ Kolaborasi. ❖ Kemandirian. ❖ Kesehatan. ❖ Komunikasi.	
D. SARANA DAN PRASARANA	
• Lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruang kelas). • Tape recorder atau pengeras suara. • Peluit dan stopwatch. • Tongkat Panjang 50 cm. • Tempurung kelapa. Sumber Belajar : • Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. • Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD Kelas I, Muhajir, Zelda Raushanfikri, Penerjemah: Sri Winarni, Gumilar Mulya. 2022. Alat Bahan : • Meja dan kursi • Buku	
E. TARGET PESERTA DIDIK	
❖ Peserta didik regular/tipikal. ❖ Peserta didik dengan hambatan belajar. ❖ Peserta didik cerdas istimewa berbakat (CIBI). ❖ Peserta didik meregulasi diri belajar. ❖ Peserta didik dengan ketunaan (tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, tunaganda).	
<i>*guru dapat memilih target peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah masing-masing dan modul ini dibuat untuk peserta didik reguler.</i>	
F. JUMLAH PESERTA DIDIK	
❖ Minimum 15 Peserta didik, Maksimum 25 Peserta didik.	
G. MODEL PEMBELAJARAN	
❖ Model pembelajaran tatap muka, pembelajaran jarak jauh dalam jaringan (PJJ Daring), pembelajaran jarak jauh luar jaringan (PJJ Luring), dan Platform daring.	

KOMPONEN INTI
A. TUJUAN KEGIATAN PEMBELAJARAN
Tujuan Pembelajaran: • Siswa mampu memahami tentang irama. • Siswa mampu mengenal irama dengan bertepuk tangan dan variasinya. • Siswa mampu mengenal irama dengan benda-benda di sekitar. • Siswa mampu melakukan pola langkah kaki dalam aktivitas gerak berirama.
B. PEMAHAMAN BERMAKNA
❖ Peserta didik memahami langkah-langkah melakukan pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama! ❖ Peserta didik mampu mempraktikkan aktivitas pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama! ❖ Peserta didik dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama bisa ananda praktikkan dalam kehidupan sehari-hari.
C. PERTANYAAN PEMANTIK
❖ Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama? ❖ Bagaimana perasaan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama? ❖ Jika ada hal-hal yang tidak peserta didik sukai terjadi dalam mengikuti pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama, apa yang akan guru lakukan?
D. KEGIATAN PEMBELAJARAN
1. Persiapan mengajar Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut: a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya. b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama. c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya: 1) Lapangan rumput atau halaman sekolah (ruang kelas). 2) Tape recorder. 3) Tongkat 50 CM 4) Tempurung kelapa 5) Peluit dan <i>stopwatch</i>. 2. Kegiatan pengajaran Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut: a. Kegiatan pendahuluan (15 Menit) 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik. 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat di kelas atau ruang UKS. 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran. 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab. 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas

- gerak berirama: misalnya bahwa berjalan maju adalah salah satu aktivitas yang sering dilakukan setiap hari saat berangkat sekolah dan aktivitas gerak berirama dapat meningkatkan kebugaran jasmani.
- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
 - 8) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama baik kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri,
 - a) kompetensi pengetahuan: tes tertulis menjodohkan mengenai fakta, konsep, dan prosedur dalam memahami pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor dalam aktivitas gerak berirama.
 - b) Kompetensi terkait keterampilan yaitu: mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
 - c) Kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter antara lain: gotong royong dan mandiri.
 - 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk *game* cara bermainnya sebagai berikut:
 - a) Peserta didik membuat lingkaran besar .
 - b) Seluruh peserta didik berjalan membentuk lingkaran,
 - c) Bernyanyi sambil bertepuk tangan, dan berhitung satu sampai dengan delapan.
 - d) Guru memberikan beberapa aba-aba perintah jongkok, merangkak, melompat maka peserta akan melakukan aktivitas sesuai aba-aba guru
 - e) Peserta didik yang tidak segera bereaksi melakukan akan mendapat stiker yang ditempel di wajahnya.
 - f) Peserta didik yang mendapatkan stiker di wajahnya diakhir permainan akan mendapat tugas memimpin menirukan hewan saat berjalan.
 - 10) Pembelajaran ini selain dapat mengembangkan elemen keterampilan gerak dan pengetahuan gerak, juga mengembangkan elemen gotong royong dan mandiri nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan indikator meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

b. Kegiatan Inti (75 Menit)

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan menggunakan model penugasan, dengan prosedur sebagai berikut:

- 1) Peserta didik melihat tayangan video pembelajaran, gambar, peserta didik atau guru memperagakan aktivitas variasi gerak lokomotor dan non-lokomotor pada aktivitas gerak berirama.
- 2) Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas variasi gerak lokomotor dan non-lokomotor pada aktivitas gerak berirama.
- 3) Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran, yaitu: aktivitas variasi gerak lokomotor dan non-lokomotor pada aktivitas gerak berirama.

- 4) Secara rinci tugas ajar aktivitas variasi gerak lokomotor dan non-lokomotor pada aktivitas gerak berirama adalah sebagai berikut:

Aktivitas 1

- a) **Aktivitas pembelajaran 1: Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan pengenalan irama dengan bertepuk tangan**

Bertepuk tangan merupakan cara yang paling mudah dan sederhana dalam memperkenalkan irama dan ketukan. Tepukan tangan juga secara umum sudah menunjukkan kegembiraan dan kerianan, yang akan berpengaruh pada atmosfer kelas. Dengan tepukan tangan, anak-anak akan mengenal irama. Dilihat dari perbedaan bunyi, ada dua macam tepukan yang dapat diperkenalkan.

Pertama adalah tepukan dengan bunyi atau nada besar, yang dimungkinkan oleh bertemunya dua telapak tangan secara utuh, yaitu bagian permukaan telapak tangan kiri dengan permukaan telapak tangan kanan yang dipertemukan secara menyilang.

Tepukan jenis ini menghasilkan suara yang bernada besar, sehingga berbunyi seperti: prok' prok'prok'. Kedua adalah tepukan dengan nada kecil, yang timbul dari bertemunya telapak tangan kiri dengan ujung atau jari-jari tangan dari tangan kanan. Bunyi yang akan dihasilkan dari tepukan ini bernada kecil dan tinggi, sehingga berbunyi seperti: tek-tektek.

Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada antara lain sebagai berikut:

- (1) **Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan bertepuk tangan**

Cara melakukannya:

- Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- Kedua lengan direntangkan ke samping badan dengan kedua sikut sedikit dibengkokkan.
- Setelah adalah aba-aba dari guru, lakukan gerakan tepuk tangan dengan nada besar dan nada kecil.
- Tepuk-tepuk tangan tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.
- Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.



Gambar 6.2 Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan bertepuk tangan

- (2) **Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan tongkat**

Cara melakukannya:

- Sikap permulaan peserta didik duduk di lantai dengan kedua kaki dilipat.
- Salah satu tangan (kiri atau kanan) memegang tongkat terbuat dari kayu berukuran 30 – 45 cm atau tongkat dramben.
- Setelah adalah aba-aba dari guru, peserta didik memukul-mukulkan tongkat tersebut ke lantai.
- Pukulan-pukulan tongkat tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.

- (e) Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.



Gambar 6.3 Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan tongkat

(3) **Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan botol air mineral**

Cara melakukannya:

- (a) Peserta didik membentuk formasi lingkaran.
- (b) Sikap permulaan peserta didik duduk di lantai dengan kedua kaki dilipat.
- (c) Salah satu tangan (kiri atau kanan) memegang botol air mineral.
- (d) Setelah adalah aba-aba dari guru, peserta didik memukul-mukulkan botol aqua tersebut ke lantai.
- (e) Pukulan-pukulan botol air mineral tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.
- (f) Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.

(4) **Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan rebana**

Cara melakukannya:



Gambar 6.5 Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan rebana

- (a) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- (b) Salah satu tangan memegang rebana dan tangan yang satunya lagi digunakan untuk memukul rebana.
- (c) Setelah ada aba-aba dari guru, lakukan gerakan memukul-mukul rebana dengan nada besar dan nada kecil.
- (d) Memukul-mukul rebana tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.
- (e) Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.

(5) **Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan menggunakan batok kelapa**



Gambar 6.6 Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau dengan menggunakan batok kelapa

Cara melakukannya:

- (a) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
 - (b) Kedua tangan memegang batok kelapa.
 - (c) Setelah ada aba-aba dari guru, lakukan gerakan memukul-mukul kedua batok kelapa tersebut dengan nada besar dan nada kecil.
 - (d) Memukul-mukul batok kelapa tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.
 - (e) Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.
- (6) Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada dengan memantul-mantulkan bola



Gambar 6.7 Aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau dengan memantul-mantulkan bola

Cara melakukannya:

- (a) Sikap permulaan peserta didik berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.
- (b) Kemudian bungkukkan badan
- (c) Kedua tangan memegang bola karet atau bola sejenisnya.
- (d) Setelah ada aba-aba dari guru, lakukan gerakan memantul-mantulkan bola tersebut dengan dua tangan, kemudian dengan satu tangan.
- (e) Memantul-mantulkan bola tersebut dapat dilakukan dari lambat ke cepat.
- (f) Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini berulang-ulang selama 30 – 60 detik.

Aktivitas 2

- b) Aktivitas pembelajaran 2: Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan pola langkah aktivitas gerak berirama

Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran pengenalan bunyi atau nada aktivitas gerak berirama, dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas pembelajaran pola langkah aktivitas gerak berirama. Pola langkah yang paling sederhana adalah pola langkah di tempat. Akan tetapi sebelum itu, akan lebih baik jika guru mengarahkan anak agar mereka mampu mengikuti irama tepukan dengan ketukan kaki.

Ketukan kaki adalah peristiwa menghasilkan bunyi lewat gerak kaki, tapi kaki yang bersangkutan tidak diangkat dari lantai. Kaki hanya diangkat ujung depannya, sementara tumit tetap menempel di lantai. Lalu ketika dijatuhkan lagi ke lantai, ia

akan menghasilkan bunyi yang lembut, seperti berdetap, sehingga bunyinya diwakili oleh suara: tap-tap-tap.

Pada dasarnya terdapat empat pola langkah yang dapat digunakan guru untuk memperkenalkan irama kepada anak-anak. Pola langkah tersebut adalah: pola langkah 1, pola langkah 2, pola langkah 3, dan pola langkah 4.

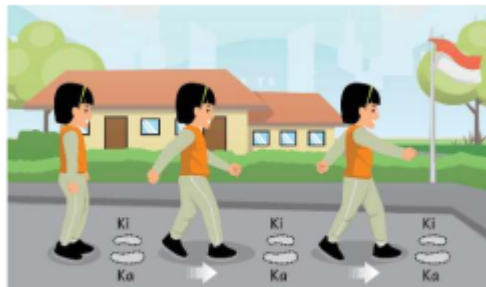
Peserta didik diminta untuk mengamati dan kemudian mempraktikkan aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta didik diminta untuk menyampaikan atau menceritakan hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah.

Peserta didik diminta untuk mempelajari aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah dengan saksama. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah antara lain sebagai berikut:

(1) Aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah 1 (langkah biasa/loopass)

Cara melakukannya:

- Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak.
- Langkahkan kaki kiri dan kedua lengan di samping badan.
- Langkahkan kaki kanan dan jatuhkan pada tumit.
- Lanjutkan melangkah dengan kaki kiri secara bergantian.
- Apabila peserta didik telah menguasai gerakan langkah ke depan, maka dilanjutkan dengan gerakan mundur, gerakan ke samping kiri, dan kanan.
- Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini dengan irama 2/4 atau 4/4.



Gambar 6.9 Aktivitas pembelajaran gerakan pola langkah 1 (langkah biasa/loopass)

(2) Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan bebas yang disesuaikan dengan lagu

Cara melakukannya:

- Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak.
- Kemudian berbaris dua berjajar.
- Berjalan mengelilingi halaman sekolah.
- Sambil bertepuk tangan.
- Nyanyikan lagu sorak-sorak bergembira, atau lagu burung kakak tua, atau lagu desa yang kucinta.
- Hentakan kaki peserta didik mengikuti irama lagu.
- Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan berjalan bebas yang disesuaikan dengan lagu.
- Peserta didik diminta untuk melakukan gerakan ini dengan irama 2/4, 3/4, atau 4/4.



Gambar 6.10 Aktivitas pembelajaran gerakan berjalan bebas yang disesuaikan dengan lagu

c. Kegiatan Penutup (15 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) 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.
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama dengan benar.
- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan dengan menempelkan bintang dibawah emoticon yang telah disediakan oleh guru pada papan yang telah disediakan.
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 6) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

E. REFLEKSI

1. Refleksi Peserta Didik

- a. Kesulitan-kesulitan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai irama dalam aktivitas gerak berirama.
- b. Kesalahan-kesalahan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
- c. Bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang peserta didik alami/ temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

Contoh Format Refleksi.

Setelah peserta didik melakukan aktivitas 2 pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif menghentikan bola permainan sepak bola, peserta didik diminta untuk menuliskan kesulitan-kesulitan, kesalahan-kesalahan, dan bagaimana cara memperbaikinya dalam melakukan aktivitas pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif menghentikan bola permainan sepak bola. Kemudian laporkan hasil capaian belajar yang diperoleh dalam buku catatan atau buku tugas kepada guru.

No	Aktivitas Pembelajaran	Hasil Refleksi	
		Tercapai	Belum Tercapai
1.	Aktivitas pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif menendang/mengoper berbagai formasi yang dilakukan secara berpasangan atau berkelompok.*)		
2.	Menunjukkan nilai-nilai karakter Profil Pelajar Pancasila pada elemen mandiri dan gotong royong dalam proses pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan		

	manipulatif menendang/mengoper bola.		
--	--------------------------------------	--	--

*) Materi disesuaikan dengan pokok bahasan.

Catatan:

- Bagi peserta didik yang belum mampu mencapai batas kompetensi dalam melakukan aktivitas pembelajaran menggiring bola permainan sepak bola yang ditentukan oleh guru, maka minta remedial.
- Bagi peserta didik yang mampu mencapai atau melebihi batas kompetensi dalam melakukan aktivitas pembelajaran menggiring bola permainan sepak bola yang ditentukan oleh guru, maka lanjutkan pembelajaran pada materi yang lebih kompleks yaitu variasi menggiring bola permainan sepak bola dalam bentuk pengayaan.

2. Refleksi Guru

Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi bisa 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 refleksi guru antara lain:

- Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
- Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama?
- Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
- Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama?

F. ASESMEN / PENILAIAN

1. Asesmen Sikap

Asesmen Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

- Petunjuk Asesmen (Lembar Asesmen Sikap Diri)
 - Isikan identitas kalian.
 - Berikan tanda cek (√) pada kolom emoticon sesuai perasaan hati kalian.
 - Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
 - Hitunglah jumlah jawaban dengan emoticon yang sama.
 - Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah emoticon yang terisi.
- Rubrik Asesmen Sikap

No	Pernyataan				
		1	2	3	4
1.	Bagaimanakah perasaan kalian saat mengikuti pembelajaran PJOK pada hari ini.				
2.	Bagaimanakah perasaan kalian saat melakukan gerakan secara mandiri dengan benar.				
3.	Bagaimanakah perasaan kalian saat bekerjasama dengan kelompok.				
4.	Bagiamanakah perasaan kalian saat kelompok kalian mengalami kekalahan dalam perlombaan yang disebabkan karena teman kalian melakukan kesalahan.				
Sangat Baik		Baik		Perlu Perbaikan	
Jika 4 pertanyaan terisi nomor 4		Jika 4 pertanyaan terisi nomor 3 dan 4		Jika 4 pertanyaan terisi nomor 1 dan 2	

*) Dibacakan oleh guru, peserta memilih emoticon dengan membei tanda (√) pada kolom yang telah disediakan..

2. Asesmen Pengetahuan

Teknik		Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Penilaian
Tes Tulis	Mencocokkan gambar	Cocokkanlah gambar dibawah ini dengan benar  A  B  C 1. Meliuk 2. Bergoyang 3. Berjalan kedepan dan belakang Kunci: A. (3) B. (1) C. (2)		Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.
	Uraian	1. Jelaskan cara melakukan gerakan berjalan maju mundur! Jawaban: a. sikap awal berdiri tegak, kedua tangan berada di samping badan, pandangan mata ke depan b. kaki kanan maju dua langkah diikuti kaki kiri, c. kedua tangan mengayun ke depan dan belakang seirama dengan langkah kaki. d. kaki kanan mundur dua langkah diikuti kaki kiri sikap akhir kaki rapat kedua lengan di samping badan		Mendapatkan skor; 5, jika seluruh urutan dituliskan dengan benar dan isi benar. 4, jika urutan dituliskan salah tetapi isi benar. 3, jika sebagian urutan dituliskan dengan benar dan hanya 3 isian yang benar. 2, jika sebagian urutan dituliskan benar dan hanya 2 isian yang benar. 1, jika urutan dituliskan salah dan hanya 1 isian yang benar.

3. Asesmen Keterampilan

- a. Tes kinerja aktivitas variasi berjalan maju mundur
 - 1) Butir Tes
Lakukan aktivitas “senam pohon cemara”. Unsur-unsur yang diasesmen adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (asesmen produk).
 - 2) Petunjuk Asesmen
Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak spesifik yang diharapkan.
 - 3) Rubrik Asesmen Keterampilan Gerak
Contoh lembar asesmen proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar asesmen).

G. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMEDIAL

1. Pengayaan

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila 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.

2. 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 refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.

LAMPIRAN

A. LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Tanggal :
Lingkup/materi pembelajaran :
Nama Siswa :
Fase/Kelas : A / I

- 1. Panduan umum
 - a. Pastikan Kalian dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.
 - b. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
 - c. Mulailah kegiatan dengan berdo’a.
 - 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 pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama dalam satu kelompok sesuai dengan perintah guru.
 - c. Perhatikan penjelasan berikut ini:
Cara melakukan aktivitas pembelajaran pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama antara lain:
 - 1) Gerak berjalan maju mundur.
 - 2) Gerak bergeser ke samping kanan dan kiri.
 - 3) Gerak bergoyang ditempat

4) Gerak meliukkan badan
B. BAHAN BACAAN GURU & PESERTA DIDIK
1. Bahan Bacaan Peserta Didik a. Berbagai bentuk pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya. 2. Bahan Bacaan Guru a. Pengertian aktivitas pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama. b. Bentuk-bentuk aktivitas pola gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
C. DAFTAR PUSTAKA
Muhajir. 2010. <i>Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SD/M.Ts Kelas I</i> Bogor : Penerbit Yudhistira.