

MODUL AJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
SD KELAS 2

INFORMASI UMUM	
A. IDENTITAS MODUL	
Penyusun	:
Instansi	: SD
Tahun Penyusunan	: Tahun
Jenjang Sekolah	: SD
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Fase / Kelas	: A / 2
Materi	: Aktivitas Gerak Dominan Senam
Alokasi Waktu	: Jam ke-1 dan 2 (2x35 menit)
B. KOMPETENSI AWAL	
Siswa mampu menunjukkan kemampuan mempraktikkan gerak melompat dan meloncat.	
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 (ruangan kelas). - Matras senam atau sejenisnya - Peluit dan stopwatch Sumber Belajar : - Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. Alat Bahan : - Meja dan kursi - Buku - Laptop, LCD projector dan Internet.	
E. TARGET PESERTA DIDIK	
Peserta didik reguler/tipikal	
F. MODEL PEMBELAJARAN	
Tatap Muka (TM)	
KOMPONEN INTI	
A. TUJUAN KEGIATAN PEMBELAJARAN	
Tujuan Pembelajaran : - Menunjukkan kemampuan dalam mengategorikan aktivitas pembelajaran pola gerak dominan pada senam seperti bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat dengan benar. - Mampu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerak dominan pada senam seperti bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat dengan benar. - Mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap, diantaranya mandiri dan gotong royong, serta - Menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.	

B. PEMAHAMAN BERMAKNA

- Pola gerak dominan senam adalah gerak yang mendasari terbentuknya suatu keterampilan.

C. PERTANYAAN PEMANTIK

- Bagaimana cara melakukan gerak melompat dan meloncat?
- Apa perbedaan gerakan melompat dan meloncat?

D. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Eksplorasi

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 dominan pada senam seperti melompat dan meloncat.

Kegiatan Pembelajaran

❖ Kegiatan Pembuka

1. Peserta didik diminta untuk berbaris di lapangan sekolah, mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, dan berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan, dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, serta memimpin doa.

2. Peserta didik dipastikan dalam keadaan sehat, bila ada yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat.

3. Peserta didik dikondisikan dalam suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga.

4. Guru mengecek kemampuan yang sudah dipelajari peserta didik sebelumnya melalui tanya jawab sebagai asesmen awal dalam materi pola gerak dominan senam. 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 bagan kolom isian berikut.

a. Isikan identitas peserta didik.

b. Berikan tanda centang (3) pada kolom YA atau TIDAK yang ada dalam pertanyaan sesuai dengan kemampuan peserta didik.

c. 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	Kurang
Jika menjawab 4 jawaban YA	Jika menjawab 3 jawaban YA	Jika menjawab 2 jawaban YA	Jika menjawab 1 jawaban YA

5. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (diantaranya yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat.

6. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari, yaitu aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat dalam senam.

Modul Ajar Kurikulum Program Sekolah Penggerak Atau Kurikulum Prototipe

7. Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, 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 gerakan melompat dan meloncat menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan, yaitu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, serta permainan sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter, seperti gotong royong dan mandiri.
8. Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk permainan lompat tali secara berkelompok.
 - a. Sikap permulaan dua orang teman memegang ujung tali.
 - b. Peserta didik yang lain berbaris di samping.
 - c. Kemudian tali diputar perlahan-lahan.
 - d. Peserta didik satu per satu mencoba masuk ke dalam putaran tali itu.
 - e. Cobalah dengan dua, tiga peserta didik, atau berkelompok.
 - f. Semakin lama, putaran tali dipercepat.
 - g. Peserta didik diminta untuk melakukan permainan ini selama 10 – 15 menit.



Gambar 4.1 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran permainan lompat tali.

9. 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, diantaranya berkolaborasi, kepedulian, berbagai pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, meregulasi diri, dan dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

❖ Kegiatan Inti

1. 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.
2. Peserta didik diminta untuk mengamati dan kemudian mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat.
3. 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.
4. Peserta didik diminta untuk mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat dengan saksama.
 - a. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat di tempat dan berputar
Langkah-langkah pembelajaran:
 - 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dirapatkan,
 - 2) Kedua tangan di pinggang,
 - 3) Pandangan ke depan,
 - 4) Meloncat ditempat dengan menolakkan kedua kaki,
 - 5) Jika lompatan dengan tolakan dua kaki, angkat kedua kaki tanpa ditekuk,

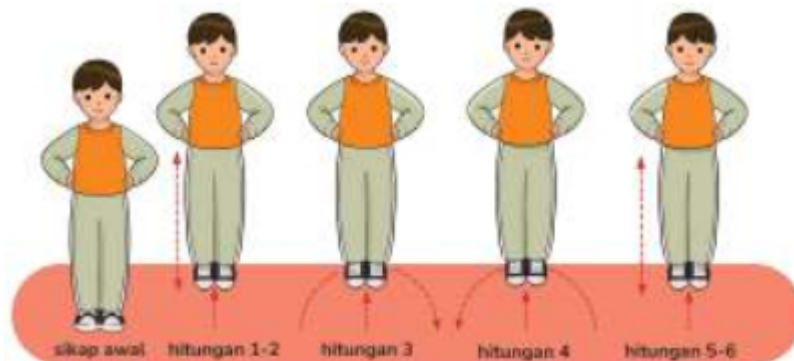
- 6) Waktu meloncat tangan tetap di pinggang,
- 7) Waktu mendarat lakukan dengan dua kaki,
- 8) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini selama 30 detik.



Gambar 4.2 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat di tempat dan berputar.

- b. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat di tempat, ke samping, dan ke depan
Langkah-langkah gerakan:

- 1) Peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dirapatkan,
- 2) Kedua tangan memegang pinggang,
- 3) Pandangan ke depan,
 hitungan 1 – 2 : lakukan loncat-loncat di tempat,
 hitungan 3 : lakukan loncat ke samping kiri,
 hitungan 4 : lakukan loncat ke samping kanan,
 hitungan 5 – 6 : kembali meloncat-loncat di tempat,
 hitungan 7 : lakukan lompat ke depan,
 hitungan 8 : lakukan loncat ke depan lagi,
- 4) Ketika meloncat lakukan dengan kedua kaki rapat,
- 5) Kaki boleh ditekuk waktu melompat,
- 6) Waktu mendarat lakukan dengan dua kaki,
- 7) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini selama 30 detik.

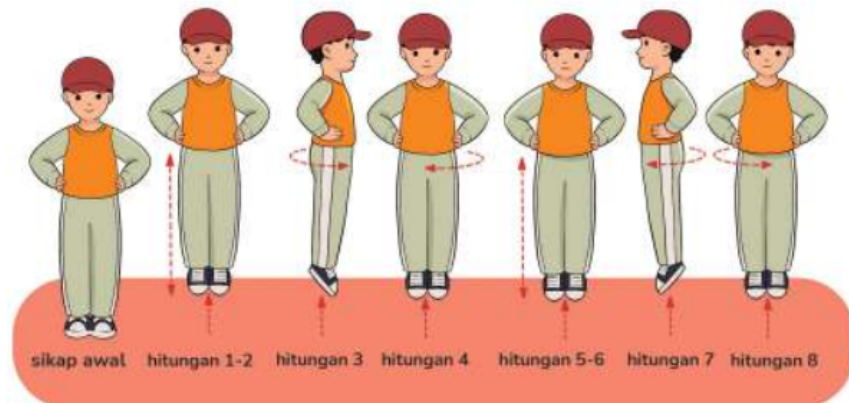


Gambar 4.3 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat di tempat, ke samping, dan ke depan.

- c. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat dan berputar 90 derajat

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dirapatkan,
- 2) Kedua tangan memegang pinggang,
- 3) Pandangan ke depan,
hitungannya 1 – 2 : lakukan loncat-loncat di tempat,
hitungannya 3 : meloncat menghadap ke kiri,
hitungannya 4: meloncat menghadap ke depan (arah semula),
hitungannya 5 – 6 : lakukan loncat-loncat di tempat,
hitungannya 7 : meloncat menghadap ke kanan.
hitungannya 8: meloncat menghadap ke depan (arah semula),
- 4) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini selama 30 detik.

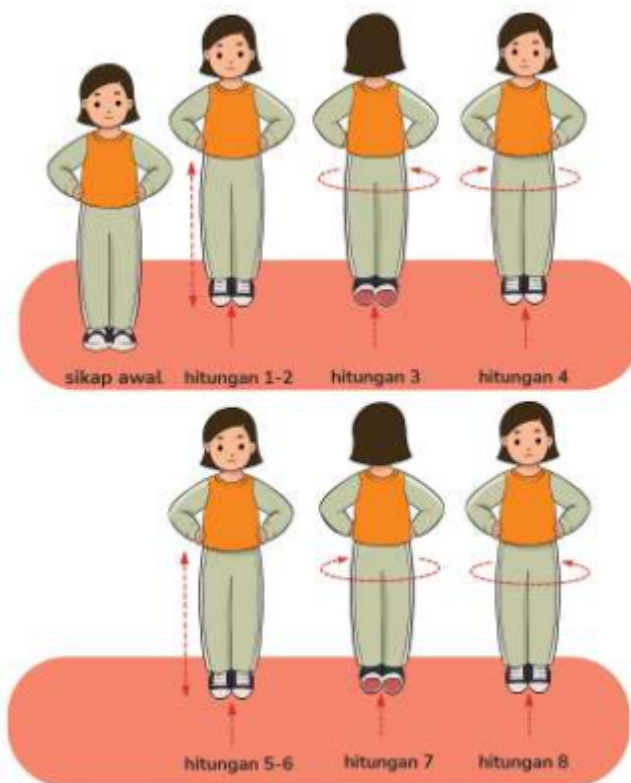


Gambar 4.4 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat dan berputar 90 derajat.

- d. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat dan berputar 180 derajat.

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan kedua kaki dirapatkan,
- 2) Kedua tangan memegang pinggang,
- 3) Pandangan ke depan,
hitungannya 1 – 2 : lakukan meloncat-loncat di tempat,
hitungannya 3 : meloncat berputar 180 derajat ke kiri,
hitungannya 4 : meloncat menghadap ke depan (arah semula),
hitungannya 5 – 6 : lakukan melompat-lompat di tempat,
hitungannya 7 : meloncat berputar 180 derajat ke kanan,
hitungannya 8: meloncat menghadap ke depan (arah semula),
- 4) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini selama 30 detik.



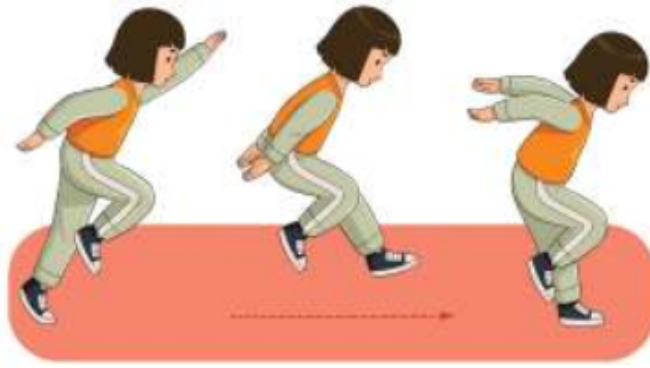
Gambar 4.5 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat dan berputar 180 derajat.

- e. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat ke depan tolakan dua kaki
- Langkah-langkah pembelajaran:
- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri jongkok dan lutut ditekuk 180 derajat,
 - 2) Bertumpu pada ujung kaki,
 - 3) Bila sudah siap, ayunkan lengan ke bawah,
 - 4) Bersamaan dengan itu tolak kedua kaki.
 - 5) Saat meloncat ulurkan kaki ke depan,
 - 6) Kemudian mendarat dengan kedua kaki,
 - 7) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3–4 kali.



Gambar 4.6 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat ke depan tolakan dua kaki.

- f. Aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke depan tolakan satu kaki
- Langkah-langkah pembelajaran:
- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan satu kaki dan berpijak dengan ujung kaki,
 - 2) Paha kaki kanan diangkat rata-rata air dan badan dicondongkan ke depan,
 - 3) Tangan kiri diacungkan ke depan-atas dan tangan kanan di belakang,
 - 4) Kemudian bila sudah siap, tolak kaki kiri kuat-kuat,
 - 5) Bersamaan dengan itu tarik tangan ke belakang,
 - 6) Saat melompat ulurkan kaki ke depan,
 - 7) Kemudian mendarat dengan kaki kiri,
 - 8) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3–4 kali.



Gambar 4.7 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat ke depan tolakan satu kaki.

g. Aktivitas pembelajaran gerakan meloncat ke atas tolakan dua kaki

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri jongkok dan lutut ditekuk 180 derajat,
- 2) Bertumpu pada ujung kaki,
- 3) Kedua belah tangan berada di belakang badan,
- 4) Kemudian bila sudah siap, tolak kedua kaki ke atas,
- 5) Bersamaan dengan itu ayunkan kedua lengan ke atas,
- 6) Saat melompat ulurkan/gapailah benda yang berada di atas,
- 7) Kemudian mendarat dengan kedua kaki,
- 8) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3 – 5 kali.



Gambar 4.8 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan meloncat ke atas tolakan dua kaki.

h. Aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke atas tolakan satu kaki

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan satu kaki dan berpijak dengan ujung kaki,
- 2) Paha kaki kiri diangkat rata-rata air dan badan dicondongkan ke depan,
- 3) Tangan kanan di depan dan tangan kiri di belakang,
- 4) Kemudian bila sudah siap, tolak kaki kanan kuat-kuat.
- 5) Bersamaan dengan itu ayunkan kedua lengan ke atas,
- 6) Saat melompat ulurkan tangan ke atas,
- 7) Kemudian mendarat dengan satu kaki,
- 8) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3 – 5 kali.



Gambar 4.9 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke atas tolakan satu kaki.

- i. Aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke belakang tolakan dua kaki
- Langkah-langkah pembelajaran:
- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri jongkok dan lutut ditekuk 90 derajat,
 - 2) Berpijak dengan ujung kaki,
 - 3) Kedua belah tangan berada di samping badan,
 - 4) Kemudian bila sudah siap, tolak kedua kaki ke belakang,
 - 5) Bersamaan dengan itu ayunkan kedua lengan ke atas-depan,
 - 6) Kemudian mendarat dengan kedua ujung kaki,
 - 7) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3 – 5 kali.



Gambar 4.10 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke belakang tolakan dua kaki.

- j. Aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke belakang tolakan satu kaki
- Langkah-langkah pembelajaran:
- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak dengan satu kaki dan berpijak dengan ujung kaki,
 - 2) Badan dicondongkan ke belakang,
 - 3) Kedua belah tangan berada di samping badan,
 - 4) Kemudian bila sudah siap, tolak kaki kanan ke belakang,
 - 5) Bersamaan dengan itu ayunkan kedua lengan ke belakang,
 - 6) Kemudian mendarat dengan kaki kanan,
 - 7) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sebanyak 3 – 5 kali.



Gambar 4.11 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan melompat ke belakang tolakan satu kaki.

❖ **Kegiatan Penutup**

1. Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan manfaat dari pendinginan.
2. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahankesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
3. Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat.
4. Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
5. Guru meminta peserta didik untuk berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk memimpin doa.
6. Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas, diminta untuk mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Pertanyaan esensial

1. Bagaimana cara melakukan gerak melompat?
2. Apa tujuan dari melakukan melompat?
3. Bagaimana cara melakukan gerak mendarat?

E. ASESMEN / PENILAIAN

1. Asesmen Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

Asesmen sikap didasarkan pada hasil refleksi sikap peserta didik dan pengamatan guru dengan menggunakan lembar observasi yang telah dilakukan pada proses pembelajaran di setiap aktivitas pembelajaran.

Lembar Refleksi Penilaian (Sikap) Diri Sendiri Peserta Didik

- a. Isikan identitas 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.	Saya mengikuti pembelajaran gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang dengan sungguh-sungguh.		
2.	Saya belajar gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang 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	Kurang
Jika menjawab 6 jawaban YA	Jika menjawab 4-5 jawaban YA	Jika menjawab 2-3 jawaban YA	Jika menjawab 1 jawaban YA

Lembar Refleksi 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

2. Asesmen Pengetahuan

- a. Contoh penilaian pengetahuan pilihan ganda
 - 1) Teknik : Tes Tulis
 - 2) Bentuk : Pilihan Ganda
- b. Contoh penilaian pengetahuan menjodohkan
 - 1) Teknik : Tes Tulis
 - 2) Bentuk : Menjodohkan

3. Asesmen Keterampilan

- a. Instrumen untuk Penilaian Proses Gerak
 - 1) Tes kinerja aktivitas pembelajaran berguling ke belakang
 - a) Butir tes

Lakukan aktivitas pembelajaran pola gerakan guling ke belakang. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesesuaian melakukan gerakan (penilaian proses), meliputi sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan sikap akhir.

- b) Petunjuk asesmen
- Berikan (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: _____

No.	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Sikap awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan gerakan	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
3.	Sikap akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. 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 Gerakan				Sikap Akhir				Skor Akhir
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	
1.														
2.														
3.														
dst.														

- b. Instrumen untuk Penilaian Proses Gerak
- 1) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang untuk perorangan peserta didik).

Nama :				
Kelas :				
Hasil Uji Keterampilan	Percobaan I		Percobaan II	
	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)
Melompat				
Meloncat				
Berguling				

- 2) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang pisah 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) Melompat (2) Meloncat (3) Berguling

- 3) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan rangkaian gerakan sederhana untuk perorangan peserta didik).

Nama :		
Kelas :		
Hasil Uji Keterampilan	Kesempatan didapat (K)	Gerak modifikasi rangkaian gerakan dengan benar (GB)
	Diisi dengan tally	Diisi dengan tally
	Persentase $\frac{GB}{K} \times 100\% = \dots$	

- 4) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan rangkaian gerakan sederhana untuk seluruh peserta didik).

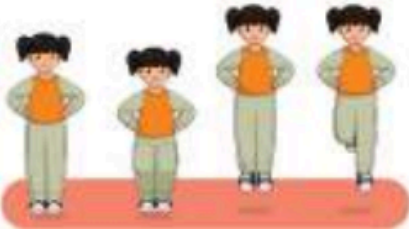
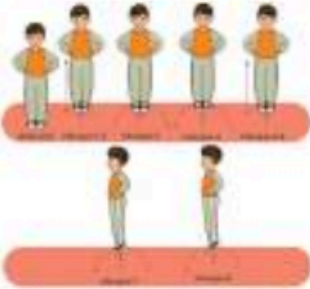
No.	Nama Peserta Didik	Hasil Uji Keterampilan		Persentase $\frac{GB}{K} \times 100\% = ...$
		Kesempatan yang Didapat	Modifikasi Rangkaian Dilakukan dengan Benar	
1.				
2.				
3.				
dst.				

- 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).

4. Umpan Balik

Umpan balik yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Guru harus memberikan penguatan, jika teridentifikasi ada pemahaman yang belum baik, ada hal yang perlu menjadi perhatian mengacu pada hasil refleksi.
F. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMEDIAL
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.
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.
G. REFLEKSI GURU DAN PESERTA DIDIK
▪ Refleksi Guru Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi 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 refleksi 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?
LAMPIRAN
A. LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)
LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Nama : Kelas :

Jodohkan gambar gerakan aktivitas senam berikut dengan kolom alternatif jawaban. Tulis jawaban pada kolom jawaban.

No.	Bentuk Aktivitas	Jawaban	Alternatif Jawaban
1.			A. meloncat ke depan tolakan dua kaki. B. meloncat ke atas tolakan dua kaki. C. gerakan meloncat di tempat dan berputar. D. gerakan meloncat di tempat, ke samping, dan ke depan. E. gerakan guling ke belakang.
2.			
3.			
4.			
5.			

Nilai

Paraf Orang Tua

B. BAHAN BACAAN GURU & PESERTA DIDIK

1. Bahan Bacaan Guru
- Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan sumber bacaan tersebut, carilah melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

▪ Mengamati video pembelajaran materi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan video pembelajaran tersebut, carilah melalui internet atau sumber lainnya. ▪ Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. 2. Bahan Bacaan Peserta Didik ▪ Materi pola gerak dominan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan sumber bacaan tersebut, carilah melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya. ▪ Mengamati video pembelajaran materi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang dengan dibantu oleh orangtua, kakak atau saudara. Untuk mendapatkan video pembelajaran tersebut, carilah melalui internet atau sumber lainnya. ▪ Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri.
--

C. DAFTAR PUSTAKA
Kemendikbud. <i>Naskah Akademik Profil Pelajar Pancasila</i>. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan, Kemendikbud. 2020. Kemendikbud. <i>Capaian Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. -----, <i>Alur Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. -----, <i>Modul Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. Muhajir. <i>Perspektif Guru PJOK Indonesia di Abad 21</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2019. -----, <i>Belajar Gerak Dasar Lokomotor</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. -----, <i>Belajar Gerak Dasar Non Lokomotor</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. -----, <i>Belajar Gerak Dasar Manipulatif</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. -----, <i>Belajar dan Berlatih Aktivitas Gerak Berirama</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. -----, <i>Belajar dan Berlatih Aktivitas Senam Lantai</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. -----, <i>Belajar dan Berlatih Permainan Sepak Bola</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020 -----, <i>Belajar dan Berlatih Permainan Bola Tangan</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. 2022. <i>Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II</i>. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia.

MODUL AJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
SD KELAS 2

INFORMASI UMUM	
A. IDENTITAS MODUL	
Penyusun	:
Instansi	: SD
Tahun Penyusunan	: Tahun 2022
Jenjang Sekolah	: SD
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Fase / Kelas	: A / 1
Materi	: Aktivitas Gerak Dominan Senam
Alokasi Waktu	: Jam ke-3 dan 4 (2x35 menit)
B. KOMPETENSI AWAL	
Siswa mampu menunjukkan kemampuan mempraktikkan aktivitas berguling ke belakang.	
C. PROFIL PELAJAR PANCASILA	
- Beriman, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan berakhlak mulia. - Mandiri. - Bernalar Kritis. - Bergotong royong. - Berkebinekaan global. - Kreatif.	
D. SARANA DAN PRASARANA	
- Lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruangan kelas). - Matras senam atau sejenisnya - Peluit dan stopwatch Sumber Belajar : - Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. Alat Bahan : - Meja dan kursi - Buku - Laptop, LCD projector dan Internet.	
E. TARGET PESERTA DIDIK	
Peserta didik reguler/tipikal	
F. MODEL PEMBELAJARAN	
Tatap Muka (TM)	
KOMPONEN INTI	
A. TUJUAN KEGIATAN PEMBELAJARAN	
Tujuan Pembelajaran : - Menunjukkan kemampuan dalam mengategorikan aktivitas pembelajaran pola gerak dominan pada senam seperti bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat dengan benar. - Mampu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerak dominan pada senam seperti bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat dengan benar. - Mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan menanamkan nilai-nilai sikap, diantaranya mandiri dan gotong royong, serta - Menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.	
B. PEMAHAMAN BERMAKNA	

• Berguling merupakan gerakan yang terdapat dalam senam lantai.
C. PERTANYAAN PEMANTIK
• Bagaimana cara melakukan gerakan berguling ke belakang?
D. KEGIATAN PEMBELAJARAN
Eksplorasi 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 dominan gerakan berguling ke belakang. Kegiatan Pembelajaran ❖ Kegiatan Pembuka 1. Peserta didik diminta untuk berbaris di lapangan sekolah, mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, dan berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan, dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada bapak/ibu guru, serta memimpin doa. 2. Peserta didik dipastikan dalam keadaan sehat, bila ada yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat. 3. Peserta didik dikondisikan dalam suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga. 4. Guru mengecek kemampuan yang sudah dipelajari peserta didik sebelumnya melalui tanya jawab sebagai asesmen awal dalam materi pola gerak dominan senam. Hasil dari asesmen awal ini dapat digunakan untuk membagi kelompok yang mengakomodir perbedaan kemampuan peserta didik melalui pembelajaran berdiferensiasi (kemampuan yang berbeda). 5. Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (diantaranya yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat. 6. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari, yaitu aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat dalam senam. 7. Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, 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 gerakan melompat dan meloncat menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan, yaitu mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, serta permainan sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter, seperti gotong royong dan mandiri. 8. Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. 9. Pemanasan dalam bentuk permainan berguling secara berkelompok. ❖ Kegiatan Inti 1. Setelah peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, maka akan dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerakan berguling ke belakang. 2. Peserta didik diminta untuk mengamati dan kemudian mempraktikkan aktivitas pembelajaran pola gerakan berguling ke belakang. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta didik diminta untuk menceritakan hal-hal yang berkaitan dengan aktivitas pembelajaran pola gerakan berguling ke belakang. Jika peserta didik menemukan kesulitan, maka dipersilakan untuk meminta bantuan guru.

3. Peserta didik diminta untuk mempelajari aktivitas pembelajaran pola gerakan berguling ke belakang dengan saksama. Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran pola gerakan berguling ke belakang antara lain sebagai berikut.

a. Aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik berdiri tegak membelakangi matras,
- 2) Lutut ditekuk rapat,
- 3) Punggung membusur, dagu ditarik ke dada,
- 4) Kedua tangan dilipat dan telapak tangan terbuka sejajar bahu,
- 5) Bergulinglah ke belakang dengan cara menggelinding,
- 6) Kedua kaki diluruskan ke belakang,
- 7) Kembali ke sikap jongkok, kemudian berdiri tegak,
- 8) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sampai merasakan gerakan berguling dengan benar.

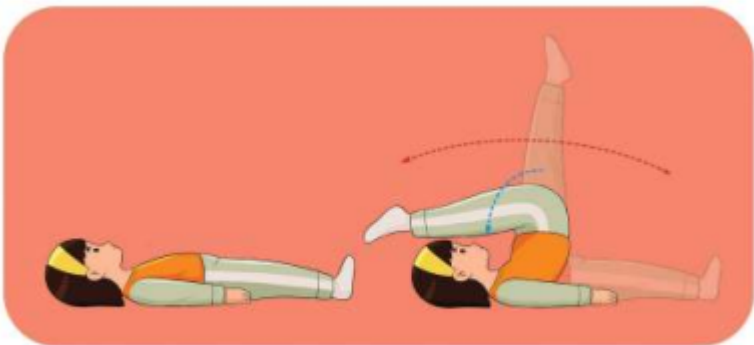


Gambar 4.12 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang.

b. Aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang dari sikap tidur 1

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik mengangkat kedua kaki ke belakang kepala dari sikap tidur terlentang,
- 2) Kedua lengan lurus di samping badan,
- 3) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sampai merasakan gerakan berguling dengan benar.



Gambar 4.13 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang dari sikap tidur 1.

c. Aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang dari sikap tidur 2

Langkah-langkah pembelajaran:

- 1) Sikap permulaan peserta didik angkat kedua kaki ke belakang kepala dari sikap tidur teletang,
- 2) Kemudian kedua telapak tangan menempel matras di samping telinga, peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sampai merasakan gerakan berguling dengan benar.



Gambar 4.14 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran gerakan guling ke belakang dari sikap tidur 2.

- d. Aktivitas pembelajaran gerakan berguling ke belakang dan menolak dengan kedua tangan pada matras yang dipasang miring
- Langkah-langkah pembelajaran:
- 1) Sikap permulaan peserta didik jongkok membelakangi arah gerakan,
 - 2) Kedua telapak tangan di samping telinga,
 - 3) Gulingkan badan ke belakang,
 - 4) Saat kedua kaki melewati kepala tolakkan kedua telapak tangan pada matras,
 - 5) Peserta didik diminta untuk mengulangi gerakan ini sampai merasakan gerakan berguling dengan benar.



Gambar 4.15 Peserta didik melakukan aktivitas pembelajaran berguling ke belakang dan menolak dengan kedua tangan pada matras yang dipasang miring.

❖ **Kegiatan Penutup**

1. Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan manfaat dari pendinginan.
2. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahankesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
3. Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat.
4. Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat dan meloncat, hasilnya dijadikan sebagai tugas asesmen penugasan.
5. Guru meminta peserta didik untuk berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Apabila memungkinkan, guru dapat memberikan kesempatan kepada salah seorang peserta didik untuk memimpin doa.
6. Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas, diminta untuk mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Pertanyaan esensial

1. Bagaimana cara melakukan gerak berguling?
2. Apa tujuan dari melakukan berguling?

E. ASESMEN / PENILAIAN

1. Asesmen Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

Asesmen sikap didasarkan pada hasil refleksi sikap peserta didik dan pengamatan guru dengan menggunakan lembar observasi yang telah dilakukan pada proses pembelajaran di setiap aktivitas pembelajaran.

Lembar Refleksi Penilaian (Sikap) Diri Sendiri Peserta Didik

- a. Isikan identitas 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.	Saya mengikuti pembelajaran gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang dengan sungguh-sungguh.		
2.	Saya belajar gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang 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	Kurang
Jika menjawab 6 jawaban YA	Jika menjawab 4-5 jawaban YA	Jika menjawab 2-3 jawaban YA	Jika menjawab 1 jawaban YA

Lembar Refleksi 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

2. Asesmen Pengetahuan

- a. Contoh penilaian pengetahuan pilihan ganda
 - 1) Teknik : Tes Tulis
 - 2) Bentuk : Pilihan Ganda
- b. Contoh penilaian pengetahuan menjodohkan
 - 1) Teknik : Tes Tulis
 - 2) Bentuk : Menjodohkan

3. Asesmen Keterampilan

- a. Instrumen untuk Penilaian Proses Gerak
 - 1) Tes kinerja aktivitas pembelajaran berguling ke belakang
 - a) Butir tes

Lakukan aktivitas pembelajaran pola gerakan guling ke belakang. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesesuaian melakukan gerakan (penilaian proses), meliputi sikap awal, pelaksanaan gerakan, dan sikap akhir.

- b) Petunjuk asesmen
- Berikan (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: _____

No.	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Sikap awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan gerakan	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
3.	Sikap akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. 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 Gerakan				Sikap Akhir				Skor Akhir
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	
1.														
2.														
3.														
dst.														

- b. Instrumen untuk Penilaian Proses Gerak
- 1) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang untuk perorangan peserta didik).

Nama :				
Kelas :				
Hasil Uji Keterampilan	Percobaan I		Percobaan II	
	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)	Jumlah Ulangan	Skor (Sesuai Norma)
Melompat				
Meloncat				
Berguling				

- 2) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang pisah 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) Melompat (2) Meloncat (3) Berguling

- 3) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan rangkaian gerakan sederhana untuk perorangan peserta didik).

Nama :		
Kelas :		
Hasil Uji Keterampilan	Kesempatan didapat (K)	Gerak modifikasi rangkaian gerakan dengan benar (GB)
	Diisi dengan tally	Diisi dengan tally
	Persentase $\frac{GB}{K} \times 100\% = \dots$	

- 4) Contoh instrumen untuk penilaian produk gerak (penerapan rangkaian gerakan sederhana untuk seluruh peserta didik).

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

- c. Pengolahan Nilai Uji Keterampilan
- Contoh data yang didapat adalah sebagai berikut.
- Skor keterampilan proses gerak peserta didik: 80.
 - 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).

4. Umpan Balik

Umpan balik yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Guru harus memberikan penguatan, jika teridentifikasi ada pemahaman yang belum baik, ada hal yang perlu menjadi perhatian mengacu pada hasil refleksi.

F. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMEDIAL

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.

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.

G. REFLEKSI GURU DAN PESERTA DIDIK

Refleksi Guru

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

- Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
- Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses pembelajaran?
- Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran tersebut?

LAMPIRAN

A. LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Nama :
Kelas :

Perhatikan gambar berikut ini.



Berdasarkan hasil pengamatan, gambar di atas merupakan gerakan

☐ guling ke belakang

☐ guling ke depan

Nilai

Paraf Orang Tua

B. BAHAN BACAAN GURU & PESERTA DIDIK		
1. Bahan Bacaan Guru ▪ Bentuk-bentuk aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan sumber bacaan tersebut, carilah melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya. ▪ Mengamati video pembelajaran materi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan video pembelajaran tersebut, carilah melalui internet atau sumber lainnya. ▪ Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. 2. Bahan Bacaan Peserta Didik ▪ Materi pola gerak dominan aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang. Untuk mendapatkan sumber bacaan tersebut, carilah melalui buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya. ▪ Mengamati video pembelajaran materi aktivitas pembelajaran pola gerakan melompat, meloncat, dan berguling ke belakang dengan dibantu oleh orangtua, kakak atau saudara. Untuk mendapatkan video pembelajaran tersebut, carilah melalui internet atau sumber lainnya. ▪ Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia, 2022. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II. Muhajir dan Zelda Raushanfikri.		
C. DAFTAR PUSTAKA		
Kemendikbud. <i>Naskah Akademik Profil Pelajar Pancasila</i>. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan, Kemendikbud. 2020. Kemendikbud. <i>Capaian Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. ------. <i>Alur Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. ------. <i>Modul Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum, Kemendikbud. 2020. Muhajir. <i>Perspektif Guru PJOK Indonesia di Abad 21</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2019. ------. <i>Belajar Gerak Dasar Lokomotor</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar Gerak Dasar Non Lokomotor</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar Gerak Dasar Manipulatif</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar dan Berlatih Aktivitas Gerak Berirama</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar dan Berlatih Aktivitas Senam Lantai</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar dan Berlatih Permainan Sepak Bola</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. ------. <i>Belajar dan Berlatih Permainan Bola Tangan</i>. Bandung: Sahara Multi Trading. 2020. Muhajir dan Zelda Raushanfikri. 2022. <i>Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas II</i>. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia.		