

INFORMASI UMUM MODUL

Nama Penyusun	:
Instansi/Sekolah	: SDN
Jenjang / Kelas	: SD / V
Alokasi Waktu	: 4 Kali Pertemuan (12 JP)
Tahun Pelajaran	: 20.. / 20..

KOMPONEN INTI

Capaian Pembelajaran Fase C

Pada akhir Fase C, peserta didik memodifikasi keterampilan gerak dan menerapkan konsep gerak dalam berbagai situasi gerak untuk meningkatkan capaian gerak. Mereka mentransfer strategi gerak dari suatu situasi gerak ke situasi lainnya. Peserta didik memprediksi strategi gerak dan menguji efektivitas penerapannya dalam berbagai situasi gerak. Mereka merancang dan menguji peraturan serta memodifikasi permainan dalam rangka mendukung fair play dan inklusi dalam berbagai konteks gerak. Peserta didik menggambarkan kontribusi mereka sebagai anggota kelompok atau tim. Mereka menggambarkan pengaruh aktivitas jasmani terhadap kesehatan dan faktor-faktor yang memengaruhi partisipasi. Peserta didik mengeksplorasi promosi kesehatan terkait aktivitas jasmani dan strategi untuk mencapainya.

Elemen	Capaian Pembelajaran
Terampil Bergerak	Peserta didik menyesuaikan dan memodifikasi keterampilan gerak melintasi berbagai situasi gerak. Peserta didik mentransfer strategi gerak yang sudah dikuasai ke dalam berbagai situasi gerak yang berbeda. Peserta didik menginvestigasi berbagai konsep gerak yang dapat diterapkan untuk meningkatkan capaian keterampilan gerak.
Belajar melalui Gerak	Peserta didik memprediksi dan menguji efektivitas penerapan strategi gerak dalam berbagai situasi gerak. Peserta didik merancang dan menguji peraturan dan modifikasi permainan untuk mendukung fair play dan partisipasi inklusif. Peserta didik berpartisipasi secara positif dalam kelompok atau tim dengan memberi kontribusi pada aktivitas kelompok, mendorong orang lain dan menegosiasikan peran dan tanggung jawab.
Bergaya Hidup Aktif	Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas jasmani untuk menggambarkan pengaruh aktivitas jasmani yang teratur terhadap kesehatan. Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas jasmani di luar ruang dan/atau lingkungan alam dan menggambarkan faktor-faktor yang mempengaruhi partisipasi, baik secara pribadi maupun kelompok. Peserta didik mengeksplorasi rekomendasi

		aktivitas jasmani serta pencegahan perilaku sedenter dan membahas strategi pencapaiannya.
	Memilih Hidup yang Menyehatkan	Peserta didik mengidentifikasi risiko kesehatan akibat gaya hidup dan pencegahan melalui aktivitas jasmani berdasarkan rekomendasi otoritas kesehatan, memilih makanan sehat untuk menunjang aktivitas jasmani berdasarkan informasi kandungan gizi pada makanan, dan mempraktikkan penanganan cedera sedang sesuai pemahaman tentang prinsip pertolongan pertama.
Tujuan Pembelajaran		1. mengetahui kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif saat melempar bola kasti (mengayun lengan dan melempar bola datar, mengayun lengan dan melempar bola melambung, serta mengayun lengan dan melempar bola menyusur tanah); 2. menjelaskan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif saat menangkap bola kasti (menekuk tangan dan menangkap bola datar, berdiri dan menangkap bola melambung, serta berjongkok dan menangkap bola menyusur tanah); 3. mengetahui kombinasi gerak nonlokomotor, manipulatif, dan lokomotor saat mengayun, memukul bola, dan berlari dalam permainan kasti; 4. mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan kasti; 5. mengetahui kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif saat melempar bola rounders (mengayun lengan dan melempar bola atas serta mengayun lengan dan melempar bola bawah); 6. menjelaskan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif saat menangkap bola rounders (berdiri dan menangkap bola atas serta berjongkok dan menangkap bola menyusur tanah); 7. menjelaskan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif saat memukul bola rounders; serta 8. mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif pada gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan rounders.
Pertanyaan Pemantik		Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai variasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif ?
Profil Pancasila		Mandiri dan Gotong royong yang ditunjukkan melalui proses aktivitas pembelajaran variasi pola pengembangan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif
8 Profil Lulusan		1. Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan YME

	Individu yang memiliki keyakinan teguh akan keberadaan tuhan seta menghayati nilai-nilai spriritual dalam kehidupan sehari-hari 2. Kewargaan Individu yang memiliki rasa cinta tanah air, mentaati aturan dna norma social dalam kehidupan bermasyarakat, memiliki kepedulian, tanggungjawab social, serta berkomitmen untuk menyelesaikan masalah nyata yang terkait, keberlanjutan manusia dan lingkungan 3. Penalaran Kritis Individu yang mampu berpikir secara logis, analitis dan reflektif dalam memahami, mngevaluasi, serta memproses informasi untuk menyelesaikan masalah 4. Kreativitas Individu yang mampu berpikir secara inovatif, fleksibel, dan orisinal dalam mengolah ide atau informasi untuk menciptakan solusi yang unik dan bermanfaat 5. Kolaborasi Individu yang mampu bekerja sama secara efektif dengan orang lain secara gotong roying untuk mencapai tujuan Bersama melalui pembagian pesan dan tanggung jawab 6. Kemandirian Individu yang mampu bertanggung jawab atas proses dan hasil belajarnya sendiri dengan menunjukkan kemampuan untuk mengambil inisiatif, mngetasi hambatan, dan menyelesaikan tugas secara tepat bergantung pada orang lain 7. Kesehatan Individu yang memiliki fisik yang prima, bugar, sehat, dan mampu menjaga keseimbangan Kesehatan mental dan fisik untuk mewujudkan kesejahteraan lahir dan batin (well-being) 8. Komunikasi Individu yang memiliki kemampuan komunikasi untrapribadi untuk melakukan refleksi dan antarpribadi untuk menyampaikan ide, gagasan dan antarpribadi untuk menyampaikan ide gagasan, dan informasi baik lisan maupun tulisan serta berinteraksi secara efektif dalam berbagai situasi.		
Kata kunci	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="545 1899 979 2020"> • permainan bola kecil • rounders • kasti </td><td data-bbox="979 1899 1412 2020"> • <i>gerak manipulatif</i> • <i>memukul bola</i> • <i>menangkap bola</i> </td></tr> </table>	• permainan bola kecil • rounders • kasti	• <i>gerak manipulatif</i> • <i>memukul bola</i> • <i>menangkap bola</i>
• permainan bola kecil • rounders • kasti	• <i>gerak manipulatif</i> • <i>memukul bola</i> • <i>menangkap bola</i>		

	● gerak nonlokomotor ● gerak lokomotor	• <i>melempar bola</i> • <i>berlari</i>
--	---	--

Target Peserta Didik :

Peserta didik Reguler

Jumlah Siswa :

30 Peserta didik (dimodifikasi dalam pembagian jumlah anggota kelompok ketika jumlah siswa sedikit atau lebih banyak)

Assesmen :

Guru menilai ketercapaian tujuan pembelajaran

- Asesmen individu
- Asesmen kelompok

Jenis Assesmen :

- Presentasi
- Produk
- Tertulis
- Unjuk Kerja
- Tertulis

Model Pembelajaran

- Tatap muka

Ketersediaan Materi :

- Pengayaan untuk peserta didik berprestasi tinggi:

YA/TIDAK

- Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas untuk peserta didik yang sulit memahami konsep:

YA/TIDAK

Kegiatan Pembelajaran Utama / Pengaturan peserta didik :

- Individu
- Berkelompok (Lebih dari dua orang)

Metode dan model pembelajaran :

1. Deep Learning (mindful, joyful & meaningful)
2. Pembelajaran Berbasis Proyek (Project Based Learning/PjBL)
3. Pembelajaran Berbasis Masalah
4. Jigsaw Learning
5. Information Search
6. Reading Guide

7. Talking Stick
8. Teaching Games Tournament
9. Teaching Games for Understanding
10. Inklusif
11. Whole, part, dan whole-part-whole
12. Kontekstual (Contextual Teaching and Learning)

Media dan Alat Pembelajaran

- Gambar permainan kasti.
- Gambar permainan rounders.
- Informasi atau artikel tentang permainan kasti dan rounders.
- Video pembelajaran permainan kasti.
- Tongkat pemukul untuk kegiatan pembelajaran kasti dan rounders
- Tiang bendera atau cone
- Sarung tangan dalam permainan rounders
- Bola kasti/rounders

Sumber Belajar :

1. Sumber Utama
 - Buku Siswa Aktif Berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas V. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
 - Benda-benda di sekitar peserta didik
 - Gambar di buku Guru/siswa
2. Sumber Alternatif
 Guru juga dapat menggunakan alternatif sumber belajar yang terdapat di lingkungan sekitar dan disesuaikan dengan tema yang sedang dibahas.

Materi Pembelajaran

1. Materi Pembelajaran Reguler

A. Kombinasi Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Kasti

1. Gerak Dasar dalam Permainan Kasti
2. Mengombinasikan Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Kasti

B. Kombinasi Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Rounders

1. Gerak Dasar Permainan Rounders
2. Mengombinasikan Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Rounders

2. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari peserta didik kembali. 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 memasang peserta didik dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu, serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik.

3. 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.

Kegiatan pembelajaran :

Materi kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil meliputi permainan kasti dan rounders. Materi ini disampaikan selama empat kali pertemuan (12 JP). Alokasi waktu setiap pertemuan selama 3 jam pelajaran (3×35 menit). Pengalokasian kegiatan tatap muka pada materi kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil sebagai berikut.

Pertemuan Pertama

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 Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola kecil.
3. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - Gambar kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan melempar bola.
 - Informasi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan melempar bola.
 - Video permainan kasti.
 - Peralatan seperti bola kasti.
 - Lembar penilaian.

Pendahuluan

Pendahuluan dengan Metode Deep Learning

- Guru mengajak peserta didik membuka pembelajaran dengan doa bersama, kemudian memberikan kesempatan kepada salah satu peserta didik untuk memimpin doa sebagai penguatan nilai religius dan membangun suasana pembelajaran yang positif dan inklusif.
- Guru secara aktif mengamati dan mengevaluasi kondisi fisik serta kesiapan peserta didik secara individual, memberikan perhatian khusus bagi peserta didik yang memerlukan perlakuan khusus, sehingga setiap peserta didik dapat belajar dengan optimal.
- Guru melakukan pengecekan kehadiran dan menilai kerapian peserta didik secara personal, sambil memberikan umpan balik yang bersifat membangun dan suportif kepada peserta didik yang terlambat atau kurang rapi, dengan tujuan membangun kesadaran diri dan tanggung jawab pribadi.

- Guru bersama peserta didik menyusun dan menyepakati tujuan pembelajaran yang akan dicapai, sehingga peserta didik memiliki pemahaman yang jelas dan motivasi intrinsik untuk mencapai kompetensi tersebut.
- Peserta didik secara aktif mencermati peta konsep dan kata kunci materi tentang permainan bola kasti, kemudian didorong untuk bertanya dan berdiskusi secara terbuka mengenai hal-hal yang belum dipahami, seperti:
 - o Bagaimana kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam melempar bola kasti?
 - o Apa saja strategi latihan untuk meningkatkan keterampilan menangkap bola dalam permainan bola kasti?
- Guru memfasilitasi kegiatan pemanasan yang bersifat kolaboratif dan kontekstual, misalnya berlari mengelilingi lapangan bersama dan melakukan lempar bola kasti secara estafet dengan variasi gerakan, untuk membangun kesiapan fisik sekaligus menumbuhkan kerja sama tim sebelum praktik melempar bola kasti.

Kegiatan inti

a. Memulai dengan Aktivasi Pengetahuan dan Eksplorasi Mandiri

- Guru mengajak peserta didik secara mandiri membaca materi tentang kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerak dasar permainan bola kasti.
- Peserta didik secara aktif mendengarkan penjelasan guru yang mengaitkan konsep dengan pengalaman nyata mereka, misalnya mengamati gerak melempar dan menangkap bola dalam kehidupan sehari-hari.
- Peserta didik mencari informasi lebih lanjut mengenai kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola kasti, baik melalui buku, video, atau sumber digital lain yang dapat diakses dengan bimbingan guru.

b. Kolaborasi dalam Kelompok dan Pencarian Informasi

1. Guru membagi peserta didik menjadi kelompok-kelompok kecil (3–4 orang) untuk meningkatkan interaksi sosial dan kerja sama.
2. Setiap kelompok aktif mencari video pembelajaran tentang permainan bola kasti (misalnya dari YouTube) dengan pendampingan guru, mengasah kemampuan digital literacy dan pengambilan informasi yang relevan.
3. Bila akses video terbatas, guru memfasilitasi diskusi tanya jawab interaktif tentang peralatan dan teknik permainan kasti.
4. Peserta didik berdiskusi dalam kelompok tentang unsur-unsur penting permainan kasti, lalu mempresentasikan hasil diskusi secara santun di depan kelas untuk melatih komunikasi efektif dan rasa percaya diri.
5. Guru menyimpulkan bersama peserta didik bahwa unsur permainan kasti meliputi peralatan seperti lapangan, tongkat pemukul, dan bola, serta gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola.

c. Refleksi dan Penilaian Sikap

- Guru mengamati dan menilai sikap peserta didik selama diskusi, meliputi tanggung jawab, disiplin, dan kemampuan menghargai pendapat teman.

d. Pengenalan Kombinasi Gerak Melalui Discovery Learning yang Mendalam

1. Peserta didik mengamati video pembelajaran yang telah disiapkan guru, untuk menemukan sendiri konsep gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola kasti.
2. Peserta didik mengajukan pertanyaan kritis seputar gerak yang diamati, misalnya “Bagaimana cara melempar bola kasti dengan teknik lemparan datar?”
3. Peserta didik menggali informasi lebih dalam dengan berdiskusi kelompok, mengaitkan pengetahuan baru dengan pengalaman yang mereka miliki.
4. Peserta didik mempresentasikan kesimpulan kelompok kepada guru dan teman-teman, memperkuat pemahaman lewat komunikasi dan feedback.

e. Praktik dan Pembelajaran Motorik dengan Pendampingan Guru

1. Guru melakukan demonstrasi gerakan melempar bola kasti, menampilkan teknik lemparan datar, lemparan melambung, dan lemparan menyusur tanah sebagai model gerak yang benar.
2. Peserta didik dibagi ke dalam kelompok 4–6 orang, berbaris berhadapan untuk melakukan praktik kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif secara bergantian:
 - o Mengayun lengan dan melempar bola datar
 - o Mengayun lengan dan melempar bola melambung
 - o Mengayun lengan dan melempar bola menyusur tanah
3. Guru aktif memberikan umpan balik dan bimbingan korektif secara langsung untuk setiap peserta didik agar gerakan dilakukan dengan teknik yang benar dan aman.
4. Guru mengamati dan menilai sikap peserta didik selama praktik, khususnya aspek tanggung jawab, disiplin, dan kerja sama.

Penutup

Penutupan Pembelajaran dengan Pendekatan Deep Learning

- a) **Peserta didik melakukan pendinginan secara sadar dan penuh perhatian**, dengan fokus melemaskan otot tungkai dan punggung sebagai bentuk perawatan diri setelah aktivitas fisik. Guru membimbing peserta didik untuk merasakan manfaat gerakan pendinginan ini bagi tubuh mereka.
- b) **Peserta didik bersama guru secara kolaboratif menyimpulkan kegiatan pembelajaran**, membahas apa yang telah dipelajari, tantangan yang dihadapi, serta hal-hal yang dirasa perlu ditingkatkan. Guru memfasilitasi diskusi reflektif yang mendorong peserta didik mengungkapkan pengalaman dan pemahaman mereka secara terbuka.
- c) **Peserta didik membaca dan mengamati materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya**, dengan arahan guru untuk menghubungkan materi tersebut dengan pengalaman belajar sebelumnya sehingga memicu rasa penasaran dan kesiapan belajar mandiri.
- d) **Peserta didik bersama-sama melakukan doa sebagai ungkapan syukur dan penguatan nilai spiritual**, diikuti dengan momen hening sejenak untuk menanamkan kesadaran dan ketenangan batin sebagai penutup pembelajaran.

Pertemuan Kedua

Persiapan Mengajar

Materi yang akan dipelajari pada pertemuan ini, yaitu kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menangkap, melempar, dan memukul bola kasti. Pada pertemuan ini, peserta didik juga mempraktikkan permainan bola kasti. Model pembelajaran yang digunakan pada pertemuan ini adalah *teams games tournament*. Berikut beberapa hal yang perlu dipersiapkan guru dalam pembelajaran.

- 1) Gambar kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menangkap dan memukul bola.
- 2) Informasi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menangkap dan memukul bola.
- 3) Peralatan seperti bola kasti, tongkat pemukul, dan tiang bendera.
- 4) Lembar penilaian.

Pendahuluan

Pembukaan Pembelajaran dengan Pendekatan Deep Learning

- **Peserta didik memimpin doa bersama sebagai penguatan nilai karakter religius secara sadar dan penuh makna**, diikuti dengan guru yang melakukan presensi sambil memberikan motivasi personal untuk menumbuhkan semangat belajar yang tekun dan bermakna.
- **Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dengan cara yang mengundang rasa ingin tahu peserta didik**, misalnya dengan mengaitkan tujuan pembelajaran dengan pengalaman sehari-hari atau manfaat nyata dari materi yang akan dipelajari.
- **Peserta didik diajak berinteraksi aktif melalui sesi tanya jawab terbuka**, untuk mengeksplorasi konsep kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif seperti melempar, menangkap, dan memukul bola. Guru mendorong peserta didik menggali pemahaman mereka secara kritis dan mengaitkan dengan pengalaman pribadi.
- **Peserta didik diberi ruang untuk bertanya tentang bagian materi yang belum mereka pahami dengan baik**, sehingga proses belajar menjadi lebih personal dan reflektif, sekaligus membangun budaya belajar yang terbuka dan kolaboratif.
- **Peserta didik diarahkan melakukan pemanasan statis dan dinamis dengan kesadaran penuh terhadap fungsi dan manfaatnya bagi tubuh**, mempersiapkan mental dan fisik sebelum melakukan aktivitas permainan.

Kegiatan Inti

a) Eksplorasi dan Diskusi Mendalam

- Peserta didik secara aktif membahas dan mengeksplorasi materi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti.
- Guru memfasilitasi diskusi agar peserta didik menghubungkan teori dengan pengalaman nyata serta meningkatkan keterampilan literasi melalui pembacaan dan pengamatan video atau referensi terkait.

b) Praktik Permainan Modifikasi Sebagai Simulasi Nyata

- Peserta didik berpartisipasi dalam permainan modifikasi perang bola secara kelompok dengan bola plastik aman atau bola yang dibuat sendiri.
- Melalui permainan ini, peserta didik belajar menerapkan gerak dasar dalam konteks nyata sekaligus mengembangkan sikap sportif dan kerja sama.

c) Observasi dan Refleksi Terpandu

- Guru memperagakan gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola dengan jelas dan sistematis. Peserta didik mengamati secara saksama dan melakukan refleksi atas teknik yang dipelajari.
- Guru mengajak peserta didik untuk bertanya dan mengungkapkan pemahaman serta kesulitan yang mereka alami.

d) Kolaborasi dan Evaluasi Melalui Tugas Berkelompok

- Peserta didik mengerjakan tugas kelompok untuk mempraktikkan gerak menangkap bola dengan formasi segitiga.
- Guru melakukan evaluasi langsung sambil mendorong peserta didik saling membantu dan memberikan umpan balik konstruktif.
- Aktivitas ini menumbuhkan sikap peduli, kerja sama, tanggung jawab, dan sportifitas.

e) Praktik Kombinasi Gerak Memukul Bola

- Peserta didik secara berkelompok mempraktikkan gerak memukul bola dengan berbagai teknik pukulan, memperhatikan koordinasi gerak dan fokus konsentrasi.
- Guru mengarahkan dan memberi koreksi untuk memperbaiki teknik dan postur.

f) Integrasi Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif Melalui Unjuk Kemampuan

- Dalam kelompok yang lebih besar, peserta didik mengkombinasikan gerak melempar, memukul, dan menangkap bola secara bergantian.
- Kegiatan ini memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengaplikasikan konsep yang dipelajari dan menilai kemampuan diri secara kolaboratif.

g) Simulasi Permainan Kasti Sederhana untuk Pembelajaran Kontekstual

- Peserta didik membentuk dua regu (pemukul dan penjaga) untuk memainkan kasti secara sederhana sesuai aturan yang telah disepakati.
- Guru memfasilitasi pemahaman strategi permainan dan nilai sportivitas dengan cara yang menyenangkan dan penuh makna.
- Apabila diperlukan, guru dapat mengadaptasi model *Teaching Games for Understanding (TGfU)* untuk mendalami taktik dan pemahaman permainan.

Langkah-langkah Implementasi Pembelajaran Deep Learning

1. Pembagian Kelompok dan Pembentukan Formasi

- o Guru membagi kelas menjadi kelompok kecil (3-4 peserta didik) agar setiap peserta aktif terlibat.
- o Kelompok melakukan praktik dengan formasi segitiga atau banjar sesuai kebutuhan aktivitas.

2. Observasi, Diskusi, dan Tanya Jawab

- o Guru memfasilitasi diskusi kelompok dan tanya jawab untuk menggali pemahaman peserta didik.
- o Peserta didik didorong mengajukan pertanyaan dan memberikan umpan balik kepada teman.

3. Praktik Terstruktur dan Refleksi

- o Peserta didik mempraktikkan gerak dasar sesuai modul yang disusun secara bertahap.
- o Guru melakukan monitoring dan memberikan koreksi sambil menanamkan nilai karakter seperti kerja sama dan tanggung jawab.

4. Evaluasi dan Umpan Balik Berkelanjutan

- o Guru melakukan penilaian langsung terhadap keterampilan dan sikap selama proses pembelajaran.
- o Peserta didik diajak melakukan refleksi diri dan teman sekelompok untuk menguatkan pembelajaran.

Kegiatan penutup

a) Peserta didik melakukan kegiatan pendinginan secara sadar dan penuh kesadaran untuk melemaskan otot lengan, tungkai, dan pinggang, sekaligus memperhatikan teknik pernapasan yang benar.

b) Peserta didik melakukan refleksi mendalam secara individu maupun kelompok melalui diskusi dan tanya jawab untuk mengevaluasi pemahaman dan pengalaman belajar selama kegiatan.

c) Peserta didik dan guru bersama-sama menyimpulkan hasil pembelajaran, dengan menekankan pentingnya kerja sama dan komunikasi efektif antar teman sebagai bagian dari proses belajar yang bermakna.

d) Guru memberikan motivasi yang memancing rasa ingin tahu dan semangat peserta didik untuk melanjutkan pembelajaran materi kombinasi gerak dalam permainan rounders, dengan mengaitkan manfaat dan relevansi materi dalam kehidupan sehari-hari.

e) Peserta didik melakukan doa bersama sebagai penguatan karakter religius dan ungkapan syukur atas pencapaian pembelajaran pada pertemuan ini.

Pertemuan Ketiga

Persiapan Mengajar

Materi yang akan dibahas pada pertemuan ini adalah kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam melempar, menangkap, dan memukul bola. Pada permainan rounders, setiap regu berusaha mencetak angka dengan memukul bola dan berlari dari *base* pertama hingga *base* terakhir (Eci Fe, 2017: 14). Pada pertemuan ini, guru dapat menerapkan model pembelajaran *Discovery based learning*.

Beberapa hal yang perlu disiapkan guru dalam pembelajaran ini sebagai berikut.

- 1) Gambar dan informasi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dengan manipulatif dalam gerakan melempar bola rounders (mengayunkan tangan untuk melempar bola atas dan bawah).
- 2) Gambar dan informasi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan menangkap bola rounders (menekuk tangan setelah menangkap bola atas; menekuk kaki saat menangkap bola menyusur tanah).
- 3) Gambar dan informasi mengenai kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan memukul bola rounders.
- 3) Peralatan seperti bola rounders, sarung tangan, dan tongkat pemukul. Jika peralatan tidak tersedia, guru dapat memodifikasi dengan alat-alat sederhana. Misalnya, alat pemukul dibuat dari kayu bekas yang sudah disesuaikan, bola rounders dibuat dari bola plastik atau plastik yang digulung membentuk bola.
- 4) Lembar penilaian.

Pendahuluan

- Peserta didik memulai kegiatan pembelajaran dengan doa bersama sebagai penguatan karakter religius dan membangun kesadaran akan pentingnya memulai aktivitas dengan sikap positif.
- Guru melakukan presensi dengan penuh perhatian, sekaligus mengamati sikap kedisiplinan peserta didik, seperti kehadiran tepat waktu dan kesiapan perlengkapan olahraga. Guru memberikan umpan balik pribadi yang membangun kepada peserta didik yang kurang disiplin, menjelaskan secara empati pentingnya disiplin sebagai bagian dari tanggung jawab diri.
- Guru memeriksa kondisi fisik peserta didik secara saksama. Bagi peserta didik yang kurang sehat, diberikan kesempatan untuk mengikuti pembelajaran sesuai dengan kemampuan dan kondisinya, dengan pendekatan inklusif.
- Guru menjelaskan dengan jelas tujuan pembelajaran yang ingin dicapai pada pertemuan ini, mengaitkan manfaat materi dengan pengalaman nyata peserta didik untuk memunculkan rasa ingin tahu dan makna belajar.
- Guru menampilkan gambar terkait permainan rounders dan mengajak peserta didik secara aktif membuat catatan tentang kombinasi gerak yang terdapat dalam permainan tersebut, sekaligus mengasah kemampuan literasi dan pengamatan peserta didik.

- Peserta didik secara bersama-sama melakukan pemanasan statis dan dinamis sebagai persiapan fisik dan mental sebelum melaksanakan aktivitas lempar tangkap bola, dengan fokus pada kesadaran tubuh dan koordinasi gerak yang baik.

Kegiatan Inti

a) Peserta didik secara aktif membaca berbagai sumber informasi tentang gerak dalam permainan rounders, lalu membuat catatan reflektif untuk memperdalam pemahaman mereka.

b) Peserta didik melakukan tugas eksplorasi secara mandiri dan kolaboratif:

1. Mencari dan mengumpulkan informasi dari berbagai sumber terpercaya mengenai permainan rounders.
2. Mengamati dan membandingkan permainan rounders dan kasti secara kritis, lalu mendiskusikan hasil pengamatan dalam kelompok kecil untuk memperkaya wawasan.
3. Mengemukakan pendapat dengan prinsip Higher Order Thinking Skills (HOTS) yang menuntut analisis, evaluasi, dan sintesis informasi. Peserta didik didorong berani berpendapat dan mendapatkan apresiasi dari guru untuk membangun rasa percaya diri.

c) Peserta didik mengamati dengan seksama demonstrasi guru mengenai cara memegang bola rounders menggunakan teknik tiga jari dan empat jari. Guru menjelaskan secara rinci untuk menguatkan pemahaman motorik halus peserta didik.

d) Peserta didik mengamati guru memperagakan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam melempar, menangkap, dan memukul bola, kemudian secara berkelompok mempraktikkan gerakan tersebut dengan variasi peran:

1. Guru dan peserta didik menunjukkan gerakan secara model.
2. Peserta didik berlatih secara berkelompok, bergantian peran dalam melempar, menangkap, dan memukul bola.
3. Melakukan refleksi bersama mengenai proses belajar gerak kombinasi tersebut, untuk meningkatkan kesadaran terhadap teknik dan kerja sama dalam beraktivitas fisik.

e) Peserta didik mengerjakan aktivitas “Ayo Lakukan” dengan mempraktikkan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola rounders dalam kelompok kecil:

1. Kelas dibagi menjadi kelompok beranggotakan tiga peserta didik.
2. Setiap kelompok berlatih mengombinasikan gerak nonlokomotor dan manipulatif sesuai formasi segitiga yang telah ditentukan.
3. Peserta didik pada titik A melempar bola ke titik B, yang kemudian memukul bola, lalu peserta didik di titik C berusaha menangkap bola tersebut.
4. Bila bola rounders tidak tersedia, guru memberikan alternatif menggunakan bola kasti atau bola buatan dari plastik sebagai media pembelajaran yang aman dan mudah didapat.

Guru secara aktif mengawasi jalannya praktik, memberikan masukan membangun, dan melakukan penilaian sikap serta keterampilan secara langsung untuk memastikan keberhasilan pembelajaran.

Penutup

■ Peserta didik secara sadar dan aktif melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot dan melenturkan sendi setelah melakukan aktivitas fisik pada kegiatan inti, dengan memperhatikan teknik yang benar untuk menjaga kesehatan tubuh.

■ Peserta didik membaca secara mandiri dan kritis informasi “Tahukah Kamu” mengenai sejarah rounders di Indonesia, kemudian berdiskusi singkat dengan teman atau guru untuk memperdalam pemahaman dan mengaitkan materi dengan konteks nyata.

■ Peserta didik bersama guru melakukan refleksi mendalam atas kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan, menyimpulkan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh, serta berbagi pengalaman belajar untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi belajar.

■ Peserta didik mempraktikkan Evaluasi Keterampilan secara mandiri dan bertanggung jawab, dengan tugas yang akan dikumpulkan pada pertemuan berikutnya sebagai bagian dari proses pembelajaran berkelanjutan.

■ Peserta didik mempersiapkan diri secara aktif untuk aktivitas pembelajaran pada pertemuan berikutnya dengan melihat panduan Aktivitas Peserta Didik, sehingga mampu merencanakan dan mengatur belajar secara mandiri.

■ Peserta didik diajak untuk menumbuhkan rasa syukur atas kesehatan dan kemampuan tubuh yang dimiliki melalui doa bersama, sekaligus memperkuat karakter religius dan kebersamaan dalam kelompok belajar.

Pertemuan Keempat

Persiapan Pembelajaran

Pada pertemuan ini peserta didik mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan rounders. Model pembelajaran yang diterapkan dalam pertemuan ini yaitu *teaching games for understanding*.

Beberapa hal yang dapat dipersiapkan guru untuk mendukung pembelajaran ini sebagai berikut.

- 1) Informasi mengenai kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan rounders.
- 2) Perlengkapan seperti bola rounders, tongkat pemukul, sarung tangan, dan keset atau benda sebagai *base*.
- 3) Lembar penilaian.

Kegiatan Pendahuluan

- Guru menunjuk salah satu peserta didik memimpin doa. Pembiasaan ini sebagai bentuk penguatan nilai karakter religius.
- Guru menindaklanjuti peserta didik yang kurang disiplin pada pertemuan sebelumnya. Guru memberi apresiasi jika peserta didik telah disiplin. Jika ada peserta didik yang

masih belum disiplin, guru menanyakan alasan secara langsung kepada peserta didik dan memberi nasehat agar tidak mengulangi kembali.

- Guru mengecek kondisi fisik peserta didik. Jika ada peserta didik yang sakit, dia boleh mengikuti pembelajaran sesuai kemampuan.
- Guru memberi penjelasan mengenai tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada pertemuan ini.
- Peserta didik diminta mengumpulkan tugas rumah yang diberikan pada pertemuan sebelumnya.
- Peserta didik diajak tanya jawab mengenai kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dalam permainan rounders.
- Peserta didik melakukan kegiatan pemanasan statis dan dinamis untuk meregangkan otot. Pemanasan dilakukan sebelum melakukan kegiatan bermain rounders.

Kegiatan Inti

Deep Learning: Kombinasi Gerak dalam Permainan Rounders dan Kasti

a) Peserta didik secara aktif mencari informasi tentang kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan rounders melalui berbagai sumber belajar. Selanjutnya, peserta didik mendiskusikan temuan mereka bersama teman dan guru untuk memperdalam pemahaman dan mengembangkan keterampilan komunikasi serta berpikir kritis.

b) Guru memodelkan secara langsung kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan rounders sebagai contoh yang dapat diamati dan dipelajari oleh peserta didik secara nyata.

c) Peserta didik mempraktikkan gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola secara kolaboratif bersama teman, mengikuti petunjuk “Ayo, Lakukan!” Guru melakukan observasi dan evaluasi formatif selama pembelajaran berlangsung untuk memberikan umpan balik yang membangun.

Langkah-langkah pembelajaran:

1. Beberapa peserta didik berperan sebagai pitcher (pelambung bola), sedangkan peserta didik lainnya mempraktikkan memukul bola dan berlari menuju base.
2. Guru secara aktif mengawasi pelaksanaan teknik memukul bola yang benar serta memberikan koreksi secara langsung.

d) Peserta didik menerapkan kemampuan bermain rounders dengan berkolaborasi dalam kelompok kecil untuk membuat Video Pembelajaran sebagai bentuk Unjuk Kemampuan. Tugas ini dikerjakan di rumah secara berkelompok, yang mendukung pembelajaran mandiri dan pengembangan kreativitas.

Langkah-langkah pembelajaran:

1. Peserta didik dibagi menjadi dua kelompok dan diminta membuat video pembelajaran permainan rounders yang menggabungkan gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.

2. Kelompok diberi kebebasan menggunakan berbagai sumber referensi untuk memperkaya konten video.
3. Peserta didik dapat melibatkan orang tua atau anggota keluarga sebagai pendukung pembuatan video.
4. Video hasil karya dikumpulkan kepada guru pada pertemuan berikutnya untuk dinilai.

Catatan: Dalam proses ini, guru menilai sikap seperti kerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran, serta keterampilan teknis gerak.

e) Peserta didik melakukan aktivitas kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif melalui permainan kasti untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan motorik secara praktis dan menyenangkan.

Langkah-langkah pembelajaran:

1. Peserta didik membuat lapangan permainan berukuran 20×40 meter sesuai kondisi sekolah, serta menyiapkan alat-alat seperti bola kasti, tongkat pemukul, dan tiang hinggap.
2. Kelas dibagi menjadi dua regu, satu sebagai pemukul dan satu sebagai penjaga.
3. Peserta didik melaksanakan permainan dengan memperhatikan aturan:
 - a. Pemain pemukul memukul bola dan berlari ke tiang hinggap satu dan dua jika memungkinkan.
 - b. Regu penjaga melempar bola dan berusaha menjatuhkan pemain yang berlari dengan bola sebelum sampai tiang hinggap kedua.
 - c. Peran regu bertukar ketika bola dapat ditangkap secara langsung sebelum menyentuh tanah.

Catatan: Dalam kegiatan ini, peserta didik didorong untuk menumbuhkan nilai kerja sama, tanggung jawab, dan sportivitas. Guru menggunakan format penilaian terstruktur untuk mengevaluasi sikap dan keterampilan peserta didik secara menyeluruh.

Kegiatan Penutup

- Peserta didik melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot dan melenturkan sendi setelah selesai bermain.
- Peserta didik menyimpulkan pembelajaran dan membaca Rangkuman (pada buku siswa halaman 46). Peserta didik diarahkan membuat *mind mapping* seperti contoh berikut.
- Peserta didik melakukan Refleksi atas kegiatan pembelajaran yang sudah dilakukan.
- Peserta didik mengerjakan soal-soal Evaluasi Pengetahuan secara mandiri.
- Peserta didik dapat melakukan penilaian diri dengan mengisi Umpan Balik
- Peserta didik bersama guru melakukan doa bersama sebagai wujud syukur pembelajaran berlangsung lancar.

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:

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.

Refleksi Peserta Didik

Kamu telah mempelajari materi kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil. Setelah mempelajari materi tersebut, kamu dapat mengetahui pentingnya pembelajaran kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil. Dapatkah kamu menerapkan pembelajaran tersebut dalam kehidupan sehari-hari?

1. Apa manfaat mempelajari materi kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil?
2. Apa materi yang paling berkesan menurutmu? Berikan alasannya!
3. Apa sikap positif yang dapat kamu petik dari pembelajaran materi kombinasi gerak dasar dalam permainan bola kecil?

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

1. mempraktikkan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam melempar dan menangkap bola berpasangan sejauh 10 meter. Peserta didik melakukan gerakan ini sebanyak 10 kali.
2. mempraktikkan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan melempar bola rounders mengenai sasaran tertentu. Peserta didik melakukan gerakan ini sebanyak 10 kali.

2. 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.

Gerakan Melempar Bola Melintir

Pemain rounders, khususnya pelambung bola (*pitcher*) perlu meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar bola. Salah satu gerakan yang dapat dipelajari adalah melempar bola melintir (*curveball*). Lemparan yang dihasilkan dari gerakan ini akan sulit dijangkau pemukul (*batter*) bola. Berikut langkah-langkah gerakan melempar bola melintir.

1. Posisi tubuh bersiap melempar bola, arahkan pandangan lurus ke sasaran. Letakkan kedua tangan di depan dada.

2. Putar tubuh ke kanan. Pada saat bersamaan, angkatlah kaki kiri setinggi lutut. Pandangan tetap ke arah sasaran dengan tumpuan berada di kaki kanan.
3. Sesaat akan melempar, tariklah tangan kanan ke belakang. Putarlah tubuh ke depan, kemudian jatuhkan kaki kiri ke depan.
4. Lemparkan bola ke arah sasaran. Pada saat yang bersamaan, pindahkan tumpuan ke kaki kiri sehingga tubuh condong ke depan.
5. Saat melempar bola, posisi cengkeraman tangan (jari tengah dan ibu jari) agak miring ke kanan. Bagi pemain kidal, posisi cengkeraman agak miring ke kiri.
6. Lemparan yang dihasilkan dari gerakan ini akan melengkung.

Format Jurnal Penilaian Sikap Spritual

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1					
2					
3					

Butir nilai sikap spritual : berdoa

Butir nilai sikap sosial : disiplin, kerja sama, tanggung jawab, percaya diri

Instrumen Penilaian Diri

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Semester :

Waktu penilaian :

Petunjuk : Berilah tanda cek (v) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai keadaan sebenarnya.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya selalu berusaha belajar dengan tekun.		
2	Saya mengikuti pelajaran dengan perhatian.		
3	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu		
4	Saya berani mengemukakan pendapat di kelas.		
5	Saya ikut berperan aktif dalam aktivitas kelompok.		
6	Saya membuat catatan yang dianggap penting.		
7	Saya mengerjakan tugas dengan kemampuan sendiri.		
8	Saya selalu mematuhi peraturan dengan tertib		
9	Saya menjalankan aktivitas dengan tanggung jawab.		
10	Saya bersikap disiplin dalam mengikuti pembelajaran.		

Instrumen Penilaian Antarpeserta Didik

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Semester :

Waktu penilaian :

Petunjuk : Berilah tanda cek (√) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai keadaan sebenarnya.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Teman saya mengikuti kegiatan keagamaan di sekolah.		
2	Teman saya suka menolong teman yang kesulitan.		
3	Teman saya terbiasa menghargai pendapat orang lain.		
4	Teman saya berperan aktif dalam aktivitas kelompok.		
5	Teman saya mengemukakan pendapat secara santun.		
6	Teman saya bersikap toleransi antarumat beragama.		
7	Teman saya selalu bersikap jujur dalam ulangan.		
8	Teman saya bersikap disiplin dalam mematuhi peraturan.		
9	Teman saya suka berbagai pengetahuan.		
10	Teman saya mengumpulkan tugas tepat waktu		

Penilaian Pengetahuan

A. Pilihlah jawaban yang tepat!

1. Andi dan teman-temannya bermain kasti. Contoh gerak lokomotor yang dilakukan Andi dalam permainan bola kasti ialah

- A. berlari
- B. memukul bola
- C. menangkap bola
- D. memegang bola

2. Tino bermain kasti bersama teman sekelasnya. Saat menjadi pemukul, Tino harus melakukan pukulan dan berlari. Dengan demikian, Tino mengombinasikan gerak ... dan

- A. manipulatif, lokomotor
- B. lokomotor, manipulatif
- C. manipulatif, nonlokomotor
- D. lokomotor, nonlokomotor

3. Andra sedang bermain rounders bersama teman-temannya. Tim Andra menjadi kelompok penjaga. Andra bertugas menjadi *pitcher*. Dengan demikian, Andra sedang melakukan gerak dasar manipulatif berupa

- A. memukul bola
- B. menangkap bola
- C. melempar bola
- D. mematikan lawan

4. Pukulan yang baik dalam permainan kasti dan rounders adalah pukulan yang

- A. mengenai tubuh lawan
- B. dapat ditangkap kelompok penjaga
- C. berada di lapangan permainan
- D. tidak dapat dijangkau kelompok penjaga

5. Salah satu gerak dasar permainan kasti ialah menangkap bola. Gerak dasar tersebut merupakan kombinasi antara gerak ... dan

- A. manipulatif, lokomotor
- B. manipulatif, nonlokomotor

C. lokomotor, nonlokomotor

D. lokomotor, manipulatif

6. Perhatikan langkah-langkah berikut!

1. Letakkan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang.

2. Ayunkan lengan kanan lurus dari belakang ke depan.

3. Lepaskan bola agar melambung ke atas.

Langkah tersebut merupakan gerakan dasar

A. memukul bola

B. lemparan bola atas

C. lemparan bola bawah

D. menangkap bola atas

7. Perhatikan gerak berikut!

1. Memegang bola dan melempar bola.

2. Memukul bola dan berlari.

3. Menangkap bola dan memegang bola.

4. Melempar bola dan berlari.

Kombinasi gerak manipulatif dan lokomotor pada permainan rounders ditunjukkan oleh angka

A. 1 dan 2

B. 1 dan 3

C. 2 dan 4

D. 3 dan 4

8. Perhatikan keterangan berikut!

1. Andi menarik tangan ke belakang yang digunakan untuk melempar bola.

2. Andi mengayunkan tangan melewati atas kepala saat melempar bola.

Keterangan tersebut menunjukkan Andi melakukan gerakan lemparan bola

A. bawah

B. samping

C. depan

D. atas

9. Linda dan teman-temannya bermain rounders di lapangan. Saat itu, Linda bersiap memukul bola. Setelah memukul bola, Linda berlari menuju tiang hinggap/*base*. Dilihat dari kegiatannya, Linda melakukan kombinasi gerak

A. lokomotor dan manipulatif

B. nonlokomotor dan manipulatif

C. manipulatif dan lokomotor

D. manipulatif dan nonlokomotor

10. Dito sedang bermain kasti bersama teman-temannya. Salah satu gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti ialah

A. berlari menuju tempat hinggap

B. menjaga tempat hinggap

C. menghindari lawan

D. memukul bola

B. Jawablah dengan benar!

1. Sebutkan gerak lokomotor dalam permainan kasti!
2. Sebutkan gerak manipulatif dalam permainan rounders!
3. Kapan pergantian antara kelompok penjaga dan pemukul dalam permainan kasti?
4. Bagaimana lemparan yang harus dilakukan *pitcher* dalam permainan rounders?
5. Mengapa permainan kasti dan rounders termasuk permainan bola kecil?

Evaluasi Keterampilan Unjuk Kerja

1. Praktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif melalui permainan kasti sesuai materi yang telah dipelajari.
2. Praktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif melalui permainan rounders sesuai materi yang telah dipelajari.

Penilaian Keterampilan

Kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dalam gerak melempar pada permainan kasti dan rounders.

No	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Locomotor dan Manipulatif dalam Gerak Melempar			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

a. Sikap Awal

1. Berdiri dengan satu kaki di depan dan satu di belakang.
2. Tekuk tangan saat memegang bola
3. Tangan ditarik ke belakang

Penskoran: 2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 jika memenuhi 1 kriteria.

b. Pelaksanaan

1. Ayunan tangan yang memegang bola ke depan
2. Lemparkan bola
3. Condongkan badan ke depan saat melepaskan bola
4. Bola dilempar ke arah sasaran dengan tepat

Penskoran: 3 (memenuhi 3 kriteria),
2 (memenuhi 2 kriteria), dan
1 (memenuhi 1 kriteria).

c. Sikap Akhir

1. Tangan diluruskan setelah melepaskan bola.
2. Berdiri tegak.
3. Pandangan mengikuti pergerakan bola.

Penskoran: 3 (memenuhi 3 kriteria),
2 (memenuhi 2 kriteria) dan
1 (memenuhi 1 kriteria)

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

No	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Lokomotor dan Manipulatif dalam Gerak Menangkap			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian

a. Sikap Awal

1. Berdiri dengan satu kaki di depan dan satu di belakang.
2. Angkat kedua tangan di depan badan.
3. Pandangan mengarah ke bola.

Penskoran: 4 jika memenuhi 4 kriteria.

3 jika memenuhi 3 kriteria.

2 jika memenuhi 2 kriteria, dan .

1 jika memenuhi 1 kriteria.

b. Pelaksanaan

1. Kedua tangan dirapatkan dengan telapak tangan menghadap ke arah datangnya bola.
2. Condongkan badan ke depan saat akan menerima bola
3. Tarik tangan mendekat ke badan saat tangan telah menyentuh bola.
4. Tangkap bola menggunakan kedua tangan.

Penskoran: 4 (memenuhi 4 kriteria),

3 (memenuhi 3 kriteria),

2 (memenuhi 2 kriteria), dan

1 (memenuhi 1 kriteria).

c. Sikap Akhir

1. Berdiri tegak
2. Pegang bola

Penskoran: 2 (memenuhi 2 kriteria) dan

1 (memenuhi 1 kriteria).

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

No	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Kombinasi Gerak Lokomotor dan Manipulatif dalam Gerak Memukul			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian

a. Sikap Awal

1. Berdiri posisi kaki dibuka selebar bahu menyampingi pelempar.
2. Tekuk kedua tangan ke belakang sambil memegang tongkat pemukul
3. Condongkan badan ke depan
4. Pandangan mengarah ke pelempar

Penskoran: 4 jika memenuhi 4 kriteria
3 jika memenuhi 3 kriteria.
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 jika memenuhi 1 kriteria

b. Pelaksanaan

1. Ayunkan tongkat ke depan menggunakan kedua tangan.
2. Badan diputar mengarah ke arah datangnya bola.
3. Ayunkan tongkat mengenai bola.
4. Bola dipukul melambung.

Penskoran: 4 (memenuhi 4 kriteria),
3 (memenuhi 3 kriteria),
2 (memenuhi 2 kriteria), dan
1 (memenuhi 1 kriteria).

c. Sikap Akhir

1. Tongkat diayunkan ke depan dengan santai
2. Pandangan mengarah ke arah pergerakan bola

Penskoran: 2 (memenuhi 2 kriteria) dan
1 (memenuhi 1 kriteria)

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimum}} \times 100$$

LAMPIRAN

Lembar Kegiatan Peserta Didik

Mengombinasikan Gerak Dasar dalam Permainan Kasti

Pada materi di depan, kamu telah mengetahui gerak dasar permainan kasti. Bersama teman-temanmu, praktikkan gerak dasar permainan kasti.

Tujuan : Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan kasti secara benar.

Pelaksanaan:

1. Buatlah lapangan dengan ukuran 20×40 meter (menyesuaikan luas halaman sekolah).

Siapkan:

- bola kasti,
- tongkat pemukul, dan
- 2 tiang hinggap.

2. Bentuklah dua kelompok atau kelompok. Setiap kelompok terdiri atas 12 orang. Satu kelompok sebagai pemukul dan satu kelompok sebagai penjaga. Lakukan kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.
3. Pemain kelompok pemukul memukul bola di area lapangan. Jika bola tidak keluar lapangan, dinyatakan pukulan benar. Setelah memukul, pemain ini berlari ke tiang hinggap 1. Jika sanggup, pemain ini dapat menuju tiang hinggap 2.
4. Kelompok penjaga berusaha melempar bola ke arah pemain ini. Jika lemparan tidak kena badan sebelum sampai tiang hinggap 2, pemain ini dapat berlari ke ruang bebas dan diberi poin dua. Jika kena lemparan, terjadi pergantian tidak bebas. Kelompok penjaga dapat diberi poin satu.
5. Pergantian permainan secara bebas jika bola sudah tiga kali tertangkap kelompok penjaga.
6. Utamakan kerja sama tim dalam melakukan kegiatan ini. Lakukan kegiatan ini dengan semangat dan percaya diri.

Bahan Bacaan Peserta Didik :

- a. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan kelas V SD
- b. Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola kecil Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

Glosarium

afektif kemampuan motorik peserta didik yang ditunjukkan dalam bentuk sikap atau kepribadian

apersepsi pengantar sebelum memasuki materi

demonstrasi pendekatan pembelajaran dengan cara memperagakan suatu proses berkaitan dengan materi yang dipelajari

diskusi sebuah interaksi atau komunikasi antara dua orang atau lebih/kelompok

evaluasi penilaian hasil kerja untuk mengukur keberhasilan proses

hard skills penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi, dan keterampilan teknis yang berhubungan dengan bidang ilmu

indirect teaching proses pendidikan yang terjadi selama proses pembelajaran langsung, tetapi tidak dirancang dalam kegiatan khusus

inklusif pendekatan yang mengutamakan partisipasi peserta didik dengan keterampilan yang sama dalam tugas yang sama dengan memilih tingkat kesulitan masing-masing

inkuiri rangkaian kegiatan pembelajaran yang menekankan pada proses berpikir kritis dan analitis untuk mencari dan menemukan sendiri inti materi pelajaran

kognitif kemampuan akademik peserta didik yang ditunjukkan dalam bentuk nilai angka

kolaborasi bekerja sama menghasilkan suatu karya

media pembelajaran peralatan yang digunakan untuk mendukung kegiatan pembelajaran di dalam atau di luar kelas

metode pembelajaran cara belajar yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran

metode penilaian cara menilai kemampuan peserta didik

observasi kegiatan pengamatan untuk mengembangkan rasa ingin tahu peserta didik

pendidikan karakter pembelajaran yang diharapkan dapat membentuk kepribadian berkualitas peserta didik

pengayaan materi tambahan yang dapat diberikan kepada peserta didik untuk menambah wawasan

penilaian diri evaluasi yang dilakukan untuk menilai kemampuan diri sendiri

penilaian produk penilaian yang dilakukan dengan cara mengamati dan menilai keterampilan peserta didik dalam menghasilkan produk

proyek tugas yang bersifat menyeluruh untuk mengetahui kemampuan peserta didik

psikomotori kemampuan motorik peserta didik yang ditunjukkan ketika mengerjakan tugas

refleksi proses pengendapan pengalaman yang telah dipelajari dengan cara mengurutkan kembali peristiwa yang telah dialami

reading guide panduan membaca; strategi pembelajaran menggunakan bacaan atau teks yang diberikan dan dipandu guru untuk mencari kata-kata penting yang terdapat pada teks atau bacaan tersebut sesuai topik pembelajaran

remedial kegiatan mengerjakan soal apabila peserta didik tidak mencapai nilai ketuntasan minimal

resiprokal pendekatan pembelajaran berdasarkan prinsip-prinsip pengajuan pertanyaan yang bertujuan melatih kemandirian peserta didik

responsi memiliki sikap cepat tanggap terhadap suatu peristiwa

saintifik pendekatan pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik melakukan penyelidikan ilmiah melalui observasi, eksperimen, dan mengembangkan pengetahuan dengan panduan guru

sikap sosial sikap yang harus dimiliki dan dikembangkan peserta didik berkaitan dengan nilai-nilai sosial kemasyarakatan

sikap spiritual sikap yang harus dimiliki dan dikembangkan peserta didik berkaitan dengan nilai-nilai keagamaan

skala penilaian bentuk penilaian berdasarkan skala yang telah ditetapkan

strategi cara yang dipilih untuk melakukan suatu kegiatan

transaksional proses pertukaran
tugas portofolio kumpulan tugas peserta didik
umpan balik bentuk respons yang diberikan oleh peserta didik
unjuk kerja teknik penilaian berdasarkan hasil pengamatan terhadap aktivitas peserta didik

Daftar Pustaka:

- Afandi, Muhamad, Evi Chamalah dan Oktarina Puspita Wardani. 2013. *Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah*. Semarang: Unissula Press.
- Ahmad, Zainal Arifin. 2012. *Perencanaan Pembelajaran dari Desain sampai Implementasi*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Ali, Muhammad. 2008. *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Andang, Irfan, dan Edi Mulyadin. 2017. *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Anies. 2017. *50 Tips Sehat Menangkal Penyakit dengan Olahraga*. Yogyakarta: Kanisius.
- Ayuningtyas, Dumilah. 2014. *Kebijakan Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Bustami, Teuku. 2008. *Ensiklomini Olahraga: Olahraga Air*. Klaten: Sahabat.
- Darmadi. 2017. *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*. Yogyakarta: Deepublish.
- Davita, Theresia Risa. 2016. *Katakan Ya untuk Narkoba Jika Hidupmu ingin Menderita*. Klaten: Intan Pariwara.
- Dinata, Marta. 2013. *Bola Basket: Konsep dan Teknik Bermain Bola Basket*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya.
- Dodo, R.W. 2008. *Benteng Remaja Menolak Narkoba*. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Endrayanto, Herman Yosep Sunu dan Yustiana Wahyu Harumurti. 2014. *Penilaian Belajar Siswa di Sekolah*. Sleman: Kanisius.
- F. E., Eci. 2017. *Buku Pintar Olahraga dan Permainan Tradisional*. Yogyakarta: Laksana.
- Fortin, Caroline. 2011. *Ensiklopedia Olahraga Jilid 1*. Penerjemah: B. Arya P. Jakarta: Kalam Publika.
- Fortin, Caroline. 2011. *Ensiklopedia Olahraga Jilid 2*. Penerjemah: B. Arya P. Jakarta: Kalam Publika.
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia.
- Haryanto. 2012. *Dr. Olahraga Mengenalkan Teknik Senam Dasar*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta: Anugrah.
- Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah.
- Huda, Miftahul. 2014. *Cooperative Learning Metode, Teknik, Struktur, dan Model Penerapan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Huda, Miftahul. 2015. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran: Isu-Isu Metodis dan Paradigmatis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Idris, Meity H. 2014. *Strategi Pembelajaran yang Menyenangkan*. Jakarta: Luxima.
- Irianto, Koes. 2014. *Epidemiologi Penyakit Menular dan Tidak Menular*. Bandung: Alfabeta.
- Isjoni. 2012. *Pembelajaran Kooperatif (Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi antarpeserta Didik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Iskandar. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: GP Perss Group.
- Istarani. 2011. *58 Model Pembelajaran Inovatif*. Medan: Media Persada.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Bahan Diklat Guru dalam Rangka Implementasi Kurikulum 2013: Konsep Pendekatan Scientific*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Bahan Diklat Guru dalam Rangka Implementasi Kurikulum 2013: Konsep Pendekatan Scientific*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Khoeron, Nidom. 2017. *Buku Pintar Basket*. Jakarta: Anugerah.

Koesnan Aruwono. 2001. *Permainan Bola Kecil (Kasti, Kipers, Rounders)*. Malang: FIP UM.

Kriswanto, Erwin Setyo. 2015. *Pencak Silat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Kurniasih, Endang Yulia. 2017. *Pemmainan Bola Kecil*. Surakarta: Tiga Serangkai.

Majid, A. 2011. *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Masriadi. 2017. *Epidemiologi Penyakit Menular*. Jakarta: Rajawali Pers.

Muliawan, Jasa Ungguh. 2016. *45 Model Pembelajaran Spektakuler*. Yogyakarta: ArRuzz Media.

Nasution, Fitri Handayani dan Febridani Santosa Pasaribu. 2017. *Buku Pintar Pencak Silat*. Jakarta: Anugrah.

Nopembri, Soni dan Saryono. 2012. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Fokus pada Pendekatan Taktik*. Yogyakarta: Penerbit Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Oktara, Bebbi. 2010. *Permainan Bola Besar*. Depok: Binamuda Cipta Kreasi.

Oktara, Bebbi. 2010. *Cabang Olahraga Populer Aktivitas Ketangkasan dan Bela Diri*. Jakarta: Bina Muda Cipta Kreasi.

Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 82 Tahun 2014 tentang Penanggulangan Penyakit Menular.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Buku yang Digunakan oleh Satuan Pendidikan.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2016 tentang Standar Isi Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.

Purnomo, Eddy dan Dapan. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.

Purwanto. 2011. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Rahmani, Mikanda. 2017. *Buku Pintar Renang*. Jakarta: Anugerah.

Ratumanan, T.G. 2015. *Inovasi Pembelajaran: Mengembangkan Kompetensi Peserta Didik secara Optimal*. Yogyakarta: Ombak.

Rimbi, Noviva. 2014. *Buku Cerdik Penyakit-Penyakit Menular*. Yogyakarta: Saufa.

Rosti. 2016. Tesis berjudul "Pengaruh Latihan Sirkuit terhadap Kemampuan Daya Tahan Jantung Paru (Studi Eksperimen pada Siswa Putra SMA Negeri 10 Kendari)".
http://sitedi.uho.ac.id/uploads_sitedi/G2G114082_sitedi_Tesis.pdf, diakses 3 Agustus 2018.

Rusman. 2011. *Model-Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Press.

Sanjaya, Wina. 2016. *Strategi Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.

Sidik, Dikdik Safar. 2014. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Soesilo, Tritjahjo Danny. 2014. *Pengembangan Kreativitas melalui Pembelajaran*. Yogyakarta: Ombak.

Subkhan, Edi. 2016. *Pendidikan Kritis*. Yogyakarta: ArRuzz Media.

Suparlan, Ajang., Mudjihartono. dan Darajat, Djajat, K.N. 2010. *Modul Pembelajaran Permainan Bola Kecil*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.

Suprijono, Agus. 2012. *Cooperative Learning (Teori dan Aplikasi PAIKEM)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Suryani, Esti. 2017. *Best Practice: Pembelajaran Inovasi melalui Model Project Based Learning*. Yogyakarta: Deepublish.

Sutikno, M. Sobry. 2014. *Metode dan Model-Model Pembelajaran*. Lombok: Holistica.

Suyadi. 2013. *Mencegah Bahaya Penyalahgunaan Narkoba melalui Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa*. Yogyakarta: Andi.

Suyono dan Haryanto. 2015. *Implementasi Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Syamsidah. 2017. *100 Metode Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.

Tim Pengampu Permainan Bola Kecil. ?. *Permainan Bola Kecil*.

Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

<http://staffnew.uny.ac.id/upload/131411081/pendidikan/Bahan+Ajar-Permainan+Bola+Kecil.PDF>, diakses 3 Juli 2018.

UndangUndang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika.

UndangUndang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 1997 tentang Psikotropika.

Yuliatin, Enik dan Haryanto. 2012. *Mengenal Olahraga Atletik*. Jakarta: Balai Pustaka.

Yuliatun, Enik. 2012. *Bugar dengan Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.