



**ALUR TUJUAN PEMBELAJARAN DALAM RANGKA PENGEMBANGAN PERANGKAT AJAR  
(PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN (PJOK) FASE A KELAS II (SD))**

**Capaian Pembelajaran Fase A**

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

**Fase A Berdasarkan Elemen**

| <b>Elemen</b> |              | <b>Capaian Pembelajaran</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Elemen Gerak  | Keterampilan | Pada akhir fase A peserta didik menunjukkan kemampuan dalam menirukan aktivitas pola gerak dasar, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).                                                                                                                     |
| Elemen Gerak  | Pengetahuan  | Pada akhir fase A peserta didik memahami prosedur dalam melakukan pola gerak dasar, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).                                                                                                                                   |
| Elemen Gerak  | Pemanfaatan  | Pada akhir fase A peserta didik memahami prosedur dan mampu mempraktikkan latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan. Peserta didik juga memahami prosedur dan mampu mempraktikkan pola perilaku hidup sehat berupa mengenali nama dan fungsi anggota tubuh, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan. |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Elemen Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai-nilai Gerak | Pada akhir fase A peserta didik menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menyimak arahan dan umpan balik yang diberikan guru, mulai dapat menghormati orang lain, serta menerima ragam keragaman yang didapat melalui aktivitas jasmani. |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Elemen             | Capaian Pembelajaran                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dimensi/Elemen/Sub Elemen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Keterampilan Gerak | Elemen ini berupa kekhasan dari pembelajaran PJOK yang merupakan proses pendidikan tentang dan melalui aktivitas jasmani, terdiri atas sub elemen 1) aktivitas pola gerak dasar, 2) aktivitas senam, 3) aktivitas gerak berirama, 4) aktivitas pilihan permainan dan olahraga sederhana dan/atau tradisional, serta 5) aktivitas permainan dan aktivitas olahraga air (kondisional).                                                     | Indikator keterampilan gerak mampu dan dapat mempraktikkan aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak secara mandiri (tanpa meniru contoh) berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).                                                                                                                                                                  |
| Pengetahuan Gerak  | Elemen ini berupa penerapan pengetahuan (konsep, prinsip, prosedur, taktik, dan strategi) sebagailandasan dalam melakukan keterampilan gerak, kinerja, dan budaya hidup aktif pada setiap sub elemen: 1) aktivitas pola gerak dasar, 2) aktivitas senam, 3) aktivitas gerak berirama, 4) aktivitas pilihan permainan dan olahraga sederhana dan/atau tradisional, serta 5) aktivitas permainan dan aktivitas olahraga air (kondisional). | Indikator pengetahuan gerak menerapkan fakta, konsep, dan prosedur pola gerak dasar dan keterampilan gerak berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).                                                                                                                                                                                                         |
| Pemanfaatan Gerak  | Elemen ini berupa pemanfaatan gerak di dalam kehidupan sehari-hari yang terdiri atas sub elemen 1) aktivitas kebugaran jasmani untuk kesehatan, dan 2) pola hidup sehat.                                                                                                                                                                                                                                                                 | Indikator pemanfaatan gerak memahami prosedur dan mampu mempraktikkan latihan pengembangan kebugaran jasmani terkait kesehatan, diantaranya sikap tubuh dalam keadaan diam, sikap tubuh dalam keadaan bergerak, sikap tubuh dalam posisi berdiri, dan sikap tubuh dalam posisi berjalan dengan benar. Peserta didik juga harus memahami dan mampu menunjukkan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara |

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian sesuai dengan pola perilaku hidup sehat.                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Pengembangan Karakter dan Internalisasi Nilai-Nilai Gerak | Elemen ini berupa pengembangan karakter secara gradual yang dirancang melalui berbagai aktivitas jasmani, terdiri atas 1) pengembangan tanggung jawab personal (jujur, disiplin, patuh dan taat pada aturan, menghormati diri sendiri, dll.) dan 2) pengembangan tanggung jawab sosial (kerja sama, toleran, peduli, empati, menghormati orang lain, gotong-royong, dan lain-lain). | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indikator dimensi mandiri, elemen regulasi diri, sub elemen regulasi emosi pada fase A.</li> <li>• Mengategorikan dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan mengekspresikannya dan menyusun langkah langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain.</li> </ul> |

Mengetahui  
Kepala SD Negeri

....., .. Juli 20..  
Guru Mata Pelajaran

\_\_\_\_\_  
NIP. ....

\_\_\_\_\_  
NIP. ....