TUJUAN PEMBELAJARAN

Institusi : SD NEGERI 25 TUMIJAJAR
Kelas / Semester : I (Satu) /

Sub Elemen Keterampilan Pengembangan Gerak Dasar

1. Mempraktikkan Aktivitas Pengembangan Gerak Dasar
- Mempraktikkan berbagai gerak dasar lokomotor (jalan, lari, dan lompat).
- Mempraktikkan berbagai gerak dasar non-lokomotor (memutar, mengayun/ menekuk).
- Mempraktikkan berbagai gerak dasar manipulatif (melempar dan menangkap bola).

Sub Elemen Keterampilan Aktivitas Gerak Berirama

2. Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor aktivitas gerak berirama.

Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

Sub Elemen Keterampilan Aktivitas Senam

3. Mempraktikkan berbagai gerak dominan dalam aktivitas senam.

Mempraktikkan berbagai gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam.

Sub Elemen Keterampilan Aktivitas Permainan dan Olahraga Air (Pilihan)

4. Mempraktikkan berbagai pengenalan air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas pilihan permainan dan olahraga air.

Mempraktikkan berbagai pengenalan air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas pilihan permainan dan olahraga air.

Sub Elemen Pengetahuan Pengembangan Gerak Dasar

1. Memahami Aktivitas Pengembangan Gerak **Dasar**

- Memahami berbagai gerak dasar lokomotor (jalan, lari, dan lompat).
- Memahami berbagai gerak dasar non-lokomotor (memutar, mengayun/menekuk).
- Memahami berbagai gerak dasar manipulatif (melempar dan menangkap bola).

Sub Elemen Pengetahuan Aktivitas Gerak Berirama

2. Memahami gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor aktivitas gerak berirama.

Memahami gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

Sub Elemen Pengetahuan Gerak Aktivitas Senam

3. Memahami berbagai gerak dominan dalam aktivitas senam.

Memahami berbagai gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam.

Sub Elemen Pengetahuan Gerak Aktivitas Permainan dan Olahraga Air (Pilihan)

4. Memahami berbagai pengenalan air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas pilihan permainan dan olahraga air.

Memahami berbagai pengenalan air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas pilihan permainan dan olahraga air.

Sub Elemen Aktivitas Jasmani dan Aktivitas Kebugaran untuk Pemeliharaan dan Peningkatan Kesehatan

Mengenal dan mampu mempraktikkan aktivitas kebugaran jasmani untuk kesehatan.

Sub Elemen Pengembangan Pola Perilaku Hidup Sehat

Memahami dan mampu menunjukkan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian.

Sub Elemen Tanggung Jawab Personal (Mandiri)

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang memiliki pemahaman diri dan situasi yang dihadapi.

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang dapat meregulasi diri.

Sub Elemen Tanggung Jawab Sosial (Gotong Royong)

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang peduli

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang berbagi.

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang peduli

Menunjukkan perilaku sebagai individu yang berbagi.

Sub Elemen Nilai-Nilai Aktivitas Jasmani untuk Kesehatan

Memahami pentingnya aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan

Memahami pentingnya aktivitas jasmani untuk kesenangan dan tantangan

Memahami pentingnya aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi social.