



MODUL AJAR

KURIKULUM MERDEKA (*Deep Learning*)

Nama Madrasah :

Nama Penyusun :

NIP :

Mata pelajaran : **Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (PJOK)**

Fase A, Kelas / Semester : **II (Dua) / I (Ganjil)**

MODUL AJAR DEEP LEARNING (KBC)
MATA PELAJARAN : PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN
(PJOK)
BAB 1 : AKTIVITAS POLA GERAK DASAR LOKOMOTOR

A. IDENTITAS MODUL

Nama Madrasah :
Nama Penyusun :
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas / Fase / Semester : II / A / Ganjil
Alokasi Waktu : 8 JP (4 kali pertemuan)
Tahun Pelajaran : 20.. /20..

B. IDENTIFIKASI KESIAPAN PESERTA DIDIK

- **Pengetahuan Awal:** Peserta didik telah mampu melakukan gerakan dasar seperti berjalan, berlari, dan melompat dalam aktivitas bermain sehari-hari.
- **Minat:** Peserta didik memiliki minat yang tinggi terhadap permainan yang melibatkan aktivitas fisik, gerakan bebas, dan tantangan sederhana yang menumbuhkan rasa cinta pada gerak.
- **Latar Belakang:** Latar belakang kemampuan motorik kasar peserta didik beragam, dipengaruhi oleh frekuensi dan jenis permainan yang biasa mereka lakukan.
- **Kebutuhan Belajar:**
 - **Visual:** Membutuhkan contoh gerakan dari guru atau teman, serta gambar/video yang jelas mengenai pola gerak lokomotor.
 - **Auditori:** Membutuhkan instruksi yang sederhana, jelas, dan diucapkan dengan semangat untuk menumbuhkan cinta pada setiap gerakan.
 - **Kinestetik:** Sangat membutuhkan kesempatan untuk mencoba, berlatih, dan bermain secara langsung untuk merasakan sensasi setiap gerakan.

C. TEMA KURIKULUM BERBASIS CINTA

- **Topik Panca Cinta:** Cinta pada diri sendiri, Cinta kepada sesama manusia
- **Materi Inseri:** Menjaga kesehatan tubuh sebagai wujud syukur dan cinta pada ciptaan Tuhan. Membangun sportivitas dan kerjasama sebagai wujud cinta kepada teman.

D. KARAKTERISTIK MATERI PELAJARAN

- **Jenis Pengetahuan yang Akan Dicapai:**
 - **Konseptual:** Memahami perbedaan antara pola gerak dasar jalan, lari, dan lompat.
 - **Prosedural:** mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor (berjalan, berlari, melompat, dan meloncat) dalam berbagai situasi permainan.
- **Relevansi dengan Kehidupan Nyata Peserta Didik:** Gerak lokomotor adalah fondasi dari hampir semua aktivitas fisik dan permainan yang dilakukan anak, membantu mereka untuk aktif, sehat, dan percaya diri dalam bergerak. Ini adalah wujud cinta pada raga yang dianugerahkan Tuhan.
- **Tingkat Kesulitan:** Rendah. Materi ini berfokus pada eksplorasi dan penyempurnaan

gerakan yang secara alami sudah dikenal oleh anak.

- **Struktur Materi:** Dimulai dari gerakan paling dasar (berjalan), meningkat ke gerakan yang lebih dinamis (berlari), hingga gerakan yang membutuhkan kekuatan dan koordinasi (melompat dan meloncat), yang semuanya dibalut dalam suasana cinta dan kegembiraan.
- **Integrasi Nilai dan Karakter:** Mengintegrasikan nilai cinta pada kesehatan diri, sportivitas, keberanian, dan kerja sama.

E. DIMENSI PROFIL LULUSAN

- **Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, dan Berakhlak Mulia:** Menunjukkan rasa syukur atas tubuh yang sehat dengan aktif bergerak dan menjaga keselamatan diri serta orang lain.
- **Kewargaan:** Bekerja sama dalam permainan kelompok dan menghargai kemampuan gerak setiap teman.
- **Penalaran Kritis:** Mampu memilih pola gerak yang paling efektif untuk melewati rintangan dalam permainan.
- **Kreativitas:** Menciptakan variasi gerakan lokomotor sederhana dalam permainan.
- **Kolaborasi:** Berinteraksi secara positif dan bekerja sama dengan teman dalam permainan beregu.
- **Kemandirian:** Berani mencoba melakukan gerakan baru dan menyelesaikan tantangan gerak secara mandiri.
- **Kesehatan:** Memahami bahwa bergerak aktif membuat tubuh menjadi lebih sehat dan bugar, sebagai bentuk cinta pada diri sendiri.
- **Komunikasi:** Mengikuti instruksi guru dan berkomunikasi dengan teman saat bermain.

DESAIN PEMBELAJARAN

A. CAPAIAN PEMBELAJARAN (CP)

Pada akhir Fase A, murid memiliki kemampuan sebagai berikut.

- **Terampil Bergerak**
Mempraktikkan keterampilan gerak fundamental dan menerapkannya dalam berbagai situasi gerak yang berbeda; mengeksplorasi berbagai strategi gerak; dan mengeksplorasi berbagai konsep gerak serta menyimpulkan efektivitasnya.
- **Belajar Melalui Gerak**
Menaati peraturan untuk menumbuhkan fair play di dalam berbagai aktivitas jasmani; menerapkan strategi kolaborasi ketika berpartisipasi dalam aktivitas jasmani..
- **Bergaya Hidup Aktif**
Berpartisipasi di dalam berbagai aktivitas jasmani dan mengidentifikasi manfaatnya.
- **Memilih Hidup yang Menyehatkan**
Mengenali gaya hidup aktif dan sehat; mengenali manfaat komponen makanan bergizi seimbang; serta mengenali situasi dan potensi yang berisiko terhadap kesehatan dan keselamatan serta strategi mencari bantuan kepada orang dewasa terpercaya.

B. LINTAS DISIPLIN ILMU

- **Matematika:** Menghitung jarak lompatan atau jumlah langkah.
- **Bahasa Indonesia:** Menceritakan pengalaman saat bermain.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- **Pertemuan 1:** Peserta didik mampu mempraktikkan variasi pola gerak dasar berjalan dan berlari dengan benar, sebagai ekspresi cinta pada tubuh yang sehat. (2 JP)
- **Pertemuan 2:** Peserta didik mampu mempraktikkan variasi pola gerak dasar melompat dan meloncat dengan benar, menunjukkan keberanian dan cinta pada tantangan. (2 JP)
- **Pertemuan 3:** Peserta didik mampu mengombinasikan pola gerak dasar lokomotor (jalan, lari, lompat) melewati rintangan sederhana dengan percaya diri. (2 JP)
- **Pertemuan 4:** Peserta didik mampu menerapkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dalam permainan sederhana dengan menunjukkan nilai kerja sama dan cinta pada teman. (2 JP)

D. INDIKATOR KETERCAPAIAN TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Peserta didik dapat melakukan gerakan berjalan dan berlari ke berbagai arah.
2. Peserta didik dapat melakukan gerakan melompat (tumpuan satu kaki) ke depan.
3. Peserta didik dapat melakukan gerakan meloncat (tumpuan dua kaki) ke atas.
4. Peserta didik dapat melewati rintangan sederhana dengan kombinasi jalan, lari, dan lompat.
5. Peserta didik menunjukkan sikap sportif dan mau bekerja sama dalam permainan.

E. IKLIM/BUDAYA MADRASAH

- Menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua peserta didik untuk bergerak bebas tanpa takut salah.
- Membudayakan sikap saling menyemangati dan menghargai setiap usaha teman.
- Guru menjadi teladan dalam menunjukkan semangat, kegembiraan, dan cinta pada aktivitas fisik.

F. TOPIK PEMBELAJARAN KONTEKSTUAL

Permainan tradisional yang sering dimainkan anak-anak seperti "Engklek" atau "Kucing-kucingan" yang banyak mengandung unsur gerak lokomotor.

G. KERANGKA PEMBELAJARAN

PRAKTIK PEDAGOGIK

- **Model Pembelajaran:** *Teaching Games for Understanding (TGfU)*, *Direct Instruction*.
- **Pendekatan:** Deep Learning (Mindful, Meaningful, Joyful Learning)
 - **Mindful Learning:** Peserta didik fokus merasakan setiap bagian tubuh yang bergerak saat berjalan, berlari, dan melompat.
 - **Meaningful Learning:** Peserta didik memahami bahwa setiap gerakan yang dipelajari adalah dasar untuk bisa bermain lebih banyak permainan seru dan menyehatkan, sebagai bukti cinta pada diri.
 - **Joyful Learning:** Pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan yang menantang dan menyenangkan.
- **Metode Pembelajaran:** Demonstrasi, imitasi, permainan, latihan (drill).
- **Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Diferensiasi Konten:** Menyediakan rintangan dengan ketinggian atau jarak yang bervariasi.
 - **Diferensiasi Proses:** Memberikan pilihan kepada peserta didik untuk melakukan gerakan secara individu, berpasangan, atau dalam kelompok kecil.
 - **Diferensiasi Produk:** Peserta didik dapat menunjukkan kemampuannya melalui kecepatan, ketepatan, atau keindahan gerakan dalam permainan.

KEMITRAAN PEMBELAJARAN

- **Lingkungan Sekolah:** Memanfaatkan halaman sekolah atau lapangan sebagai arena bermain yang luas dan aman.
- **Lingkungan Luar Sekolah/Masyarakat:** Mendorong orang tua untuk mengajak anak bermain permainan aktif di luar rumah.
- **Mitra Digital:** Menonton video tentang berbagai macam permainan tradisional yang menggunakan gerak lokomotor.

LINGKUNGAN BELAJAR

- **Ruang Fisik:** Mengatur ruang belajar (lapangan) dengan penanda (cone) dan rintangan yang aman dan berwarna-warni.
- **Ruang Virtual:** Menggunakan musik yang bersemangat untuk mengiringi aktivitas pemanasan dan permainan.
- **Budaya Belajar:** Membangun budaya bahwa "setiap gerakan adalah perayaan" dan "kalah-menang dalam permainan adalah cara belajar mencintai proses".

PEMANFAATAN DIGITAL

- Menggunakan *stopwatch* digital untuk permainan berbasis waktu.
- Memutar video lagu anak-anak yang ceria untuk pemanasan.

H. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI

PERTEMUAN 1 (2 JP : 70 MENIT)

Topik Panca Cinta: Cinta pada diri sendiri

Pembahasan: Variasi Gerak Dasar Jalan dan Lari

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 MENIT)

- **Salam dan Doa:** Guru membuka dengan salam semangat dan mengajak berdoa sebagai rasa syukur atas kesehatan.
- **Apersepsi:** Guru bertanya, "Siapa yang tadi pagi ke sekolah berjalan kaki? Siapa yang pernah berlari karena senang? Itu semua adalah cara kita mencintai tubuh kita dengan mengajaknya bergerak."
- **Motivasi:** Mengajak peserta didik bermain "Lampu Merah, Lampu Hijau" (berjalan saat hijau, berhenti saat merah) untuk pemanasan.
- **Penyampaian Tujuan:** Menyampaikan bahwa hari ini akan belajar berbagai cara berjalan dan berlari yang seru.

KEGIATAN INTI (50 MENIT)

- **Eksplorasi (Joyful):** Peserta didik diminta berjalan seperti raksasa (langkah lebar), seperti semut (langkah kecil), berjalan mundur, dan berjalan menyamping.
- **Latihan (Mindful):** Peserta didik berlatih berlari di tempat (lari pelan dan cepat), berlari zig-zag melewati *cone*, dan berlari dengan mengangkat lutut tinggi-tinggi. Guru menekankan pentingnya merasakan setiap ayunan tangan dan langkah kaki.
- **Permainan:** Bermain "Kucing dan Tikus", di mana peserta didik menerapkan gerak jalan dan lari untuk mengejar dan menghindari.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Proses:** Bagi peserta didik yang belum percaya diri, bisa berlari sambil berpegangan tangan dengan temannya.
 - **Produk:** Keaktifan peserta didik dalam mencoba semua variasi gerak dan berpartisipasi dalam permainan.

KEGIATAN PENUTUP (10 MENIT)

- **Refleksi:** "Gerakan berjalan atau berlari mana yang paling kalian sukai hari ini?"
- **Rangkuman:** Mengulang kembali berbagai variasi jalan dan lari yang telah dipelajari.
- **Tindak Lanjut:** Mendorong siswa untuk mencoba berjalan jinjit atau berlari di tempat saat di rumah.
- **Penutup:** Pendinginan dan doa.

PERTEMUAN 2 (2 JP : 70 MENIT)

Topik Panca Cinta: Cinta pada diri sendiri

Pembahasan: Variasi Gerak Dasar Lompat dan Loncat

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 MENIT)

- **Salam dan Doa:** Membuka pelajaran dengan penuh cinta dan semangat.
- **Apersepsi:** Mengingat kembali pelajaran minggu lalu. "Selain jalan dan lari, ada lagi

gerakan seru yang bisa kita lakukan, yaitu melompat seperti kanguru!"

- **Motivasi:** Bermain "Loncat Katak", di mana siswa berjongkok dan meloncat ke depan bersama-sama.

KEGIATAN INTI (50 MENIT)

- **Demonstrasi (Mindful):** Guru menjelaskan dan mencontohkan perbedaan melompat (tumpuan 1 kaki) dan meloncat (tumpuan 2 kaki).
- **Latihan:** Peserta didik berlatih melompat dengan satu kaki secara bergantian. Kemudian, berlatih meloncat di tempat, meloncat ke depan, ke belakang, dan ke samping.
- **Permainan (Joyful):** Bermain "Engklek" yang telah dimodifikasi, menggunakan berbagai pola untuk melatih gerak melompat. * **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Konten:** Menggunakan tali atau kapur untuk membuat garis target lompatan dengan jarak yang berbeda-beda.
 - **Produk:** Kemampuan peserta didik untuk melakukan lompatan dan loncatan sesuai instruksi dalam permainan.

KEGIATAN PENUTUP (10 MENIT)

- **Refleksi:** "Lebih mudah melompat dengan satu kaki atau meloncat dengan dua kaki?"
- **Rangkuman:** Mengulang perbedaan antara melompat dan meloncat.
- **Tindak Lanjut:** Menantang siswa untuk mencoba meloncat setinggi mungkin di tempat yang aman di rumah.
- **Penutup:** Pendinginan dan doa.

PERTEMUAN 3 (2 JP : 70 MENIT)

Topik Panca Cinta: Cinta pada diri sendiri

Pembahasan: Kombinasi Gerak Lokomotor Melewati Rintangan

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 MENIT)

- **Salam dan Doa.**
- **Apersepsi:** "Hari ini kita akan menjadi petualang! Kita akan menggabungkan semua gerakan yang sudah kita pelajari untuk melewati berbagai rintangan seru."
- **Motivasi:** Pemanasan dengan melakukan gerakan jalan, lari, dan lompat secara bergantian sesuai aba-aba guru.

KEGIATAN INTI (50 MENIT)

- **Persiapan Arena (Joyful):** Guru bersama peserta didik menyiapkan arena rintangan sederhana menggunakan kardus, *cone*, dan tali. Menyiapkan bersama menumbuhkan rasa memiliki dan cinta pada permainan.
- **Latihan Terbimbing (Mindful):** Peserta didik mencoba melewati setiap rintangan satu per satu dengan bimbingan guru. Contoh: berjalan di atas tali, berlari zig-zag, melompati kardus.
- **Praktik Sirkuit:** Peserta didik melakukan seluruh rangkaian rintangan secara bergantian. Guru memberikan semangat dan umpan balik positif.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Konten:** Ketinggian kardus atau panjang lintasan berjalan di atas tali disesuaikan dengan kemampuan anak.
 - **Proses:** Siswa yang lebih cepat bisa mencoba sirkuit dua kali atau membantu teman

yang masih ragu.

KEGIATAN PENUTUP (10 MENIT)

- **Refleksi:** "Rintangan mana yang paling menantang untuk kalian lewati?"
- **Rangkuman:** Menyimpulkan bahwa dengan menggabungkan jalan, lari, dan lompat, kita bisa melewati banyak rintangan.
- **Tindak Lanjut:** Mengajak siswa untuk membuat 'rintangan' sederhana di rumah menggunakan bantal atau kursi dan mencobanya.
- **Penutup:** Pendinginan, merapikan alat bersama, dan doa.

PERTEMUAN 4 (2 JP : 70 MENIT)

Topik Panca Cinta: Cinta kepada sesama manusia

Pembahasan: Permainan Kombinasi Gerak Lokomotor

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 MENIT)

- **Salam dan Doa.**
- **Apersepsi:** "Semua gerakan hebat yang sudah kita pelajari akan lebih seru jika dimainkan bersama teman-teman! Hari ini kita akan bermain dalam tim, menunjukkan rasa cinta dan kerja sama."
- **Motivasi:** Membagi siswa menjadi beberapa kelompok dan meminta setiap kelompok membuat yel-yel semangat.

KEGIATAN INTI (50 MENIT)

- **Permainan "Bola Warna" (Joyful & Meaningful):**
 - Setiap kelompok berbaris di belakang garis start. Di seberang lapangan, diletakkan beberapa rintangan (kardus untuk dilompati) dan di ujungnya ada keranjang berisi bola warna-warni.
 - Secara estafet, setiap anak harus berjalan, kemudian berlari, melompati kardus, mengambil satu bola, dan berlari kembali ke garis start.
 - Guru menekankan pentingnya menunggu giliran dengan sabar dan memberi semangat pada teman, sebagai wujud cinta pada tim.
- **Pembelajaran Berdiferensiasi:**
 - **Proses:** Kelompok bisa mengatur sendiri urutan pelari. Guru dapat memberikan tugas berbeda, misal ada yang khusus melompat, ada yang khusus berlari cepat.
 - **Produk:** Pemenangnya adalah kelompok yang paling cepat mengumpulkan semua bola, namun semua kelompok diberi apresiasi atas kerja samanya.

KEGIATAN PENUTUP (10 MENIT)

- **Refleksi:** "Apa yang membuat tim kalian bisa bekerja dengan baik hari ini?"
- **Rangkuman:** Mengulang bahwa kerja sama dan saling memberi semangat (cinta pada teman) membuat permainan menjadi lebih menyenangkan.
- **Tindak Lanjut:** Mendorong siswa untuk selalu bekerja sama dengan teman dalam permainan apa pun.
- **Penutup:** Pendinginan, saling bersalaman antar kelompok, dan doa.

I. ASESMEN PEMBELAJARAN

ASESMEN DIAGNOSTIK (Awal Pembelajaran)

- Tanya jawab singkat: "Siapa bisa mencontohkan gerakan berlari?", "Apa bedanya

melompat dan meloncat?".

- Observasi kemampuan awal siswa saat pemanasan.

ASESMEN FORMATIF (Proses Pembelajaran)

- **Observasi:** Mengamati partisipasi dan antusiasme peserta didik dalam setiap aktivitas.
- **Penilaian Kinerja:** Menilai kemampuan peserta didik dalam melakukan pola gerak dasar (jalan, lari, lompat, loncat) sesuai instruksi melalui lembar ceklis sederhana.
- **Penilaian Sikap:** Mengamati dan mencatat perilaku yang menunjukkan nilai mandiri (berani mencoba) dan gotong royong (kerja sama, menyemangati teman).

ASESMEN SUMATIF (Akhir Pembelajaran)

- **Tes Kinerja:** Peserta didik diminta untuk melewati sirkuit rintangan sederhana secara individu. Penilaian fokus pada kemampuan mengombinasikan gerak lokomotor dan keberanian.
- **Observasi pada Permainan:** Menilai kemampuan peserta didik menerapkan gerak lokomotor dan sikap sportif dalam permainan "Bola Warna".

Mengetahui,
Kepala Madrasah

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

.....
NIP.

.....
NIP.