## FORMAT KISI-KISI KURIKULUM MERDEKA TAHUN AJARAN 2024 / 2025

Satuan Pendidikan : UPTD SMP Negeri .....

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas / Semester : VIII / Genap

Kurikulum Acuan : Kurikulum Merdeka

Alokasi Waktu : 90 Menit

Jumlah Soal : 40 PG + 5 Uraian

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Ajar Soal	Level	Bentuk		
110.	Cupulan Tembelajaran	Tujuan Temberajaran			Soal	Level	Soal
1	2	3	4		5	6	7
1.	Pada akhir fase ini peserta	1.1 Peserta didik dapat	Senam Irama	1.	Siswa mampu menyebutkan peralatan atau	L1	PG
	didik dapat menganalisis	menunjukkan kemampuan			perlengkapan latihan senam irama		
	hubungan antara aktivitas	dalam mempraktikkan variasi		2.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
	jasmani dan Kesehatan	dan kombinasi gerak berbentuk			pada langkah biasa atau loopaas		
	untuk memilih aktifitas yang	rangkaian langkah dan ayunan		3.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
	menguntungkan untuk	lengan mengikuti irama			langkah depan atau galopass		
	menumbuhkembangkan	(ketukan) tanpa/ dengan musik		4.	Siswa mampu memahami cara melakukan	L2	PG
	unsur kesenangan,	sebagai pembentuk gerak			langkah rapat atau bijtrekpass		
	tantangan, percaya diri, serta	pemanasan dalam aktivitas		5.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
	dan mengekspresikan diri	gerak berirama dengan benar.			Langkah samping atau zijpas		
	dalam berinteraksi di						
	lingkungan sosial			6.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
					lompat ke depan		

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Ajar		Indikator	Level	Bentuk
			<u> </u>	Soal		Soal	
1	2	3	4		5	6	7
				7.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
					langkah biasa		
				8.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
					ayunan lengan setinggi bahu pada senam		
					irama		
				9.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
					ayunan lengan ke atas pada senam irama		
				10	. Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
					ayunan lengan merentangkan lengan		
				11	. Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	Uraian
					mendorong lengan ke atas		
		1.2 Peserta didik dapat	Senam Lantai	1.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
		menunjukkan kemampuan	(Keseimbanga		keseimbangan menggunakan kaki		
		dalam mempraktikkan berbagai	n, Guling ke	2.	Siswa mampu memahami macam-macam	L2	PG
		kombinasi gerak keseimbangan	depan, guling		gerak spesifik keseimbangan		
		dan berguling senam dengan	ke belakang,	3.	Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
		benar.	Guling		keseimbangan berjongkok dengan		
			lenting)		bertumpu pada satu tangan		
				4.	Siswa mampu memahami cara melakukan	L2	PG
					gerak spesifik keseimbangan yang		
					bertumpu dengan kedua lengan		
				5.	Siswa mampu memamahi gerak spesifik	L2	PG
					keseimbangan dengan kepala		
				6.	Siswa mampu memahami tahap awal cara	L2	PG
					melakukan guling ke depan		

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Ajar	Indikator	Level	Bentuk
110.				Soal		Soal
1	2	3	4	5	6	7
				7. Siswa mampu memahami bagian tubuh	L2	PG
				yang menyentuh matras ketika berguling ke		
				depan		
				8. Siswa mampu memahami tahapan-tahapn	L2	PG
				melakukan guling ke belakang		
				9. Siswa mampu menjelaskan cara melakukan	L2	Uraian
				guling ke depan dari awal sampai akhir		
				10. Siswa mampu memahami permainan yang	L2	PG
				bisa menjadi dasar latihan guling ke depan		
				11. Siswa mampu memahami gerak spesifik	L2	PG
				guling lenting		
				12. Siswa mampu mejelaskan cara melakukan	L2	Uraian
				guling lenting		
2.	Pada akhir fase ini peserta	2.1 Peserta didik mampu	Kebugaran	Siswa mampu menjelaskan pengertian	L2	PG
	didik dapat menganalisis	mempraktikkan dan	Jasmani	kebugaran jasmni		
	fakta, konsep dan prosedur	menganalisis aktivitas latihan		2. Siswa mampu menjelaskan komponen	L2	PG
	latihan pengembangan	peningkatan deajat kebugaran		kebugaran jasmani yang terkait kecepatan		
	kebugaran jasmani terkait	jasmani yang terkait dengan		3. Siswa mampu menyebutkan	L2	PG
	keterampilan (physical	keterampilan serta pengukuran		macam-macam komponen kebugaran		
	fittness related skills),	hasilnya, sesuai potensi dan		jasmani	L2	PG
	berdasarkan prinsip latihan	kreatifitas yang dimilikinya.		4. Siswa mampu memahami cara atau bentuk		
	(Frequency, Intensity, Time,			latihan yang dapat meningkatkan kecepatan	L2	PG
	Type/FITT) untuk			5. Siswa mampu menjelaskan kompenen		
	mendapatkan kebugaran			kebugaran jasmani kelincahan	L2	PG
	dengan status baik. Peserta					

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Ajar	Indikator	Level	Bentuk
	Capaian i emberajaran	Tujuan Temberajaran	Wiateri Ajai	Soal	Level	Soal
1	2	3	4	5	6	7
	didik juga dapat			6. Siswa mampu memahami cara atau		
	menunjukkan kemampuan			bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan	L2	PG
	dalam melakukan			kelincahan	L2	PG
	pencegahan terhadap			7. Siswa mampu cara melakukan squat thrust		
	"bahaya pergaulan bebas",			8. Siswa mampu memahami komponen	L2	PG
	dan keselamatan diri dan			gerakan kecepatan		
	orang lain di jalan raya			9. Siswa mampu memamahami gerakan	L2	PG
				kelincahan		
				10. Siswa mampu memahami cara mengukur	L2	PG
				kompenen kekuatan otot perut		
				11. Siswa mampu memahami cara mengukur	L2	Uraian
				komponen kekuatan tungkai		
				12. Menjelaskan cara melakukan push up		
3.	Pada akhir fase ini peserta	Peserta didik mampu	Bahaya	Siswa mampu menjelaskan pengertian	L2	PG
	didik proaktif melakukan	menganalisis dan menerapkan	Pergaulan	pergaulan bebas		
	dan mengajak untuk	hakikat dampak bahaya	Bebas	2. Siswa mampu menyebutkan ciri-ciri	L1	PG
	memelihara dan memonitor	pergaulan bebas bagi diri		pergaulan bebas		
	peningkatan derajat	sendiri, dampak bahaya		3. Siswa mampu menjelaskan faktor-faktor	L2	Uraian
	kebugaran jasmani dan	pergaulan bebas bagi		penyebab pergaulan bebas		
	kemampuan aktivitas	lingkungan, dan		4. Siswa mampu memahami berbagai	L2	PG
	jasmani lainnya, serta	langkah-langkah pencegahan		macam-macam pergaulan bebas		
	menunjukkan keterampilan	terhadap bahaya pergaulan		5. Siswa mampu memahami dampak bahaya	L2	PG
	bekerja sama dengan	bebas, sesuai potensi dan		pergaulan bebas		
	merujuk peraturan dan	kreativitas yang dimiliki		6. Siswa mampu memahami pelanggaran	L2	PG
	pedoman untuk	olehnya.		terhadap pergaulan bebas		

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Ajar	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
	menyelesaikan perbedaan dan konflik antar individu.			<ul><li>7. Siswa mampu memahami solusi pencegahan pergaulan bebas</li><li>8. Siswa mampu memahami cara menghindari pergaulan bebas</li></ul>	L2 L2	PG PG
				9. Siswa mampu emahami dampak berzina 10. Siswa mampu memahami cara pergaulan yang baik	L2 L2	PG PG