

operatorsekolah.id - Berikut adalah **Modul Ajar PJOK Kelas 2 SD Pertemuan ke-1** sesuai Kurikulum Merdeka. Fokus kegiatan belajar difokuskan pada **aktivitas gerak dasar lokomotor**.

MODUL AJAR

Satuan Pendidikan: SD

Mata Pelajaran: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Kelas / Fase: 2 / A

Semester: 1

Alokasi Waktu: 2 JP (2 x 35 menit)

Pertemuan ke: 1

Topik: Gerak Dasar Locomotor – Berjalan dan Berlari

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran, peserta didik dapat:

1. Menjelaskan pengertian gerak lokomotor secara sederhana.
2. Menunjukkan gerakan berjalan dan berlari dengan percaya diri dan penuh semangat.
3. Melakukan gerak berjalan dan berlari dalam bentuk permainan sederhana secara benar dan aman.

B. Kegiatan Pembelajaran

Pendahuluan (10 menit)

- Guru mengajak siswa berbaris di lapangan/hall sekolah.
- Guru memberi salam dan apersepsi tentang pentingnya bergerak aktif.
- Guru menjelaskan tujuan pembelajaran hari ini.
- Ice breaking ringan (gerakan kecil menyenangkan: tepuk tangan, loncat kecil).

Inti (50 menit)

1. Demonstrasi Gerak Locomotor:

- Guru menjelaskan dan memperagakan gerak berjalan dengan sikap tubuh yang benar.
- Siswa mengikuti gerakan berjalan ke depan, ke samping, ke belakang.

2. Latihan Gerak Berjalan dan Berlari:

- Jalan cepat memutar lapangan kecil atau kerucut.
- Permainan “Berjalan seperti binatang” (contoh: bebek, jerapah, kucing).
- Latihan lari estafet ringan dengan tongkat kecil atau kain.

3. Permainan Sederhana:

- **Permainan Tangkap Ekor:** Siswa dibagi kelompok kecil. Satu siswa sebagai pemimpin (berbaris). Teman di belakang memegang pinggang temannya. Siswa lain mencoba menangkap “ekor” (siswa paling belakang) dari kelompok lain.
- Fokus: koordinasi, kecepatan, dan kerja sama.

Penutup (10 menit)

- Siswa melakukan pendinginan ringan (jalan santai, peregangan).
- Refleksi: Guru menanyakan perasaan siswa dan apa yang dipelajari.
- Guru memberi penguatan dan motivasi pentingnya bergerak aktif untuk kesehatan.
- Menyampaikan kegiatan pembelajaran selanjutnya.

C. Asesmen

1. Asesmen Formatif:

- Observasi saat siswa melakukan gerakan berjalan dan berlari (sikap, ketepatan gerak, semangat).
- Tanya jawab tentang pengertian gerak lokomotor.

2. Asesmen Sumatif:

- Siswa mampu menunjukkan gerak berjalan dan berlari dengan baik dan aman dalam permainan.

D. Penguatan Profil Pelajar Pancasila

- **Gotong royong:** melalui kerja sama dalam permainan kelompok.
- **Bernalar kritis:** memahami instruksi gerakan dan strategi bermain.
- **Mandiri:** percaya diri melakukan gerakan fisik.

E. Media dan Sumber Belajar

- Peluit
- Kerucut / botol plastik
- Tongkat / kain kecil untuk estafet
- Area terbuka (lapangan, halaman sekolah)

Sumber belajar:

- Buku PJOK Kelas 2 Kurikulum Merdeka
- Video demonstrasi gerak dasar anak usia dini

F. Diferensiasi

- **Konten:** Guru menjelaskan dengan alat bantu visual dan contoh konkret.
- **Proses:** Siswa dengan kebutuhan khusus diberi pendampingan atau modifikasi aktivitas.
- **Produk:** Siswa menunjukkan gerakan dengan cara yang paling nyaman baginya.

Jika Anda memerlukan versi dalam format Word atau PDF, saya bisa bantu buat. Apakah perlu?