

**MODUL AJAR
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA,
DAN KESEHATAN
FASE A – KELAS I – SEMESTER I**

GERAK DASAR

MODUL AJAR - 1

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

GERAK DASAR

Fase / Semester : A / I (Satu)	Kelas : I (Satu)
Elemen : • Keterampilan gerak • Pengetahuan Gerak	Alokasi Waktu : 24 JP atau sesuai kebutuhan
Tujuan Pembelajaran Peserta didik mampu: 1.1 Menirukan gerak berjalan, berlari, dan melompat (gerak dasar berpindah tempat). 1.2 Menirukan gerak menekuk, meliuk, dan mengayun (gerak di tempat). 1.3 Menirukan gerak melompat, menangkap, dan memukul (gerak menggunakan alat). 1.4 Menjelaskan gerak berjalan, berlari, dan melompat (gerak dasar berpindah tempat). 1.5 Menjelaskan gerak menekuk, meliuk, dan mengayun (gerak di tempat). 1.6 Menjelaskan gerak melompat, menangkap, dan memukul (gerak menggunakan alat).	
Profil Pelajar Pancasila: ✚ Mandiri ✚ Kreatif	

Langkah-Langkah Pembelajaran:

- ✚ Peserta didik mampu menjelaskan tentang gerak dasar.
- ✚ Mengondisikan peserta didik baik fisik maupun mental untuk siap melaksanakan pembelajaran.
- ✚ Memberikan stimulus kepada siswa dengan cara membaca, menyimak, dan mempraktikkan gerakan.
- ✚ Memberikan pertanyaan pemantik dengan mengamati gambar agar peserta didik dapat mengetahui atau mempunyai tujuan belajarnya sendiri. Misalnya: Apa jenis gerak dasar yang dilakukan anak-anak pada gambar?

Pembelajaran 1.Gerak dasar berpindah tempat (8 JP)

Peserta didik mampu:

- 1.1 Menirukan gerak berjalan, berlari, dan melompat (gerak dasar berpindah tempat).
- 1.4 Menjelaskan gerak berjalan, berlari, dan melompat (gerak dasar berpindah tempat).

- ✚ Guru menjelaskan gerak dasar berpindah tempat.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar berjalan.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar berjalan dengan *scan QR Code* pada halaman 3.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar berlari.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar menendang bola dengan *scan QR Code* pada halaman 5.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar meloncat dan melompat.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar meloncat dan melompat yang benar dengan *scan QR Code* pada halaman 7.
- ✚ Guru dapat mengajak siswa untuk mempraktikkan gerak dasar berpindah tempat dengan benar.

- ✚ Peserta didik melakukan kegiatan bermain gerak dasar berpindah tempat.
- ✚ Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok dan menjelaskan cara bermain gerak dasar berpindah tempat.
- ✚ Guru membimbing peserta didik dalam bermain gerak dasar berpindah tempat agar dapat melakukan gerak dengan benar.

Pembelajaran 2. Gerak di tempat (8 JP)

Peserta didik mampu:

- 1.2 Menirukan gerak menekuk, meliuk, dan mengayun (gerak di tempat).
- 1.5 Menjelaskan gerak menekuk, meliuk, dan mengayun (gerak di tempat).

- ✚ Guru menjelaskan tentang gerak di tempat. Guru menanyakan kepada peserta didik tentang gerak dasar di tempat.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar menekuk.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan menekuk.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar menekuk dengan *scan QR Code* pada halaman 10.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar meliuk.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan meliuk.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar meliuk dengan *scan QR Code* pada halaman 13.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar mengayun.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan mengayun.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar mengayun dengan *scan QR Code* pada halaman 14.
- ✚ Peserta didik melakukan kegiatan bermain menghantar hulahop.
- ✚ Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok dan menjelaskan cara bermain menghantar hulahop.
- ✚ Guru membimbing peserta didik dalam bermain menghantar hulahop agar dapat melakukan gerak dengan benar.

Pembelajaran 3. Gerak Menggunakan Alat (8 JP)

Peserta didik mampu:

- 1.3 Menirukan gerak melompat, menangkap, dan memukul (gerak menggunakan alat).
- 1.6 Menjelaskan gerak melompat, menangkap, dan memukul (gerak menggunakan alat).

- ✚ Guru menjelaskan tentang gerak menggunakan alat. Guru menanyakan kepada peserta didik tentang gerak menggunakan alat.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar menangkap.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan menangkap.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar menangkap dengan *scan QR Code* pada halaman 17.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar melempar.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan melempar.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar melempar dengan *scan QR Code* pada halaman 18.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak dasar memukul.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan macam-macam gerakan memukul.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak dasar memukul dengan *scan QR Code* pada halaman 19.
- ✚ Peserta didik melakukan kegiatan bermain pukul bola ke gawang.

- ✚ Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok dan menjelaskan cara bermain pukul bola ke gawang.
- ✚ Guru membimbing peserta didik dalam bermain pukul bola ke gawang agar dapat melakukan gerak dengan benar.

Asesmen Formatif:

1. Peserta didik diberikan tes tertulis dengan soal pilihan ganda dan isian, untuk mengetahui apakah peserta didik dapat memahami pelajaran tersebut dengan mengerjakan latihan ulangan Bab 1 halaman 23 - 26. Peserta didik dapat mengerjakan AKM (Asesmen Kompetensi Minimum) halaman 28.
2. Peserta didik dapat mengerjakan Praprojek “Ayo, Kenali Gerak Dasar di Kegiatan Sehari-Hari” pada halaman 30.
3. Peserta didik diberikan tes lisan yang berhubungan dengan gerak dasar.
Contoh:
 - a. Apa manfaat gerak dasar bagi tubuh?
 - b. Apa saja gerak dasar dalam kehidupan sehari-hari? Ayo, sebutkan.
4. Peserta didik diberikan pertanyaan secara lisan unjuk kinerja dengan praktik, dan menyajikan dalam daftar hasil penugasan.
5. Lembar observasi untuk mengetahui keaktifan peserta didik saat kerja mandiri dan berpasangan.
6. Kuesioner dijawab dengan skala likert untuk mengetahui minat peserta didik dalam membaca dan memirsa.

Kuesioner digunakan untuk refleksi pembelajaran:

NO.	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya mengerti pembelajaran hari ini.		
2.	Saya tidak sulit dalam mengerjakan penugasan hari ini.		
3.	Saya masih perlu dibantu dalam mengerjakan tugas hari ini.		
4.	Pembelajaran hari ini menyenangkan bagi saya.		
5.	Saya masih perlu waktu untuk belajar lagi mengenai materi hari ini.		

7. Melaksanakan tindak lanjut dari hasil asesmen penilaian.
Jika peserta didik tidak dapat memirsa, membaca, menulis, menyimak, berbicara, dan mempraktikkan maka peserta didik diberikan pelayanan individu.