

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

**GERAK BERIRAMA**

# MODUL AJAR - 3

## PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

### GERAK BERIRAMA

<b>Fase / Semester : A / I (Satu)</b>	<b>Kelas : I (Satu)</b>
<b>Elemen :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keterampilan gerak</li> <li>• Pengetahuan Gerak</li> </ul>	<b>Alokasi Waktu : 24 JP atau sesuai kebutuhan</b>
<b>Tujuan Pembelajaran</b>  Peserta didik mampu: <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1 Menirukan gerak langkah maju dan mundur sesuai irama.</li> <li>3.2 Menirukan langkah ke samping kanan dan kiri sesuai irama.</li> <li>3.3 Menirukan gerak meliukkan badan sesuai irama.</li> <li>3.4 Menirukan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.</li> <li>3.5 Menjelaskan gerak langkah maju dan mundur sesuai irama.</li> <li>3.6 Menjelaskan langkah ke samping kanan dan kiri sesuai irama.</li> <li>3.7 Menjelaskan gerak meliukkan badan sesuai irama.</li> <li>3.8 Menjelaskan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.</li> </ol>	
<b>Profil Pelajar Pancasila:</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li> Bergotong royong</li> <li> Kreatif</li> <li> Berkebinekaan global</li> </ul>	

#### Langkah-Langkah Pembelajaran:

-  Peserta didik mampu menjelaskan tentang gerak berirama.
-  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 saja gerak dasar dalam senam irama?

#### **Pembelajaran 1.** Langkah maju dan mundur (6 JP)

Peserta didik mampu:

- 3.1 Menirukan gerak langkah maju dan mundur sesuai irama.
- 3.5 Menjelaskan gerak langkah maju dan mundur sesuai irama.

-  Guru menjelaskan gerak berirama.
-  Peserta didik dapat menjelaskan gerak langkah maju dan mundur dalam gerak berirama.
-  Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak langkah maju dan mundur dengan *scan QR Code* pada halaman 51.

### **Pembelajaran 2.** Langkah ke samping kanan dan kiri (6 JP)

Peserta didik mampu:

- 3.2 Menirukan langkah ke samping kanan dan kiri sesuai irama.
- 3.6 Menjelaskan langkah ke samping kanan dan kiri sesuai irama.

- ✚ Guru menjelaskan tentang gerak langkah ke samping kanan dan kiri. Guru menanyakan kepada peserta didik tentang gerak langkah ke samping kanan dan kiri.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak langkah ke samping kanan dan kiri.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerak langkah ke samping kanan dan kiri.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak langkah ke samping kanan dan kiri dengan *scan QR Code* pada halaman 52.

### **Pembelajaran 3.** Meliukkan badan (6 JP)

Peserta didik mampu:

- 3.3 Menirukan gerak meliukkan badan sesuai irama.
- 3.7 Menjelaskan gerak meliukkan badan sesuai irama.

- ✚ Guru menjelaskan tentang gerak meliukkan badan sesuai irama. Guru menanyakan kepada peserta didik tentang gerak meliukkan badan.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak meliukkan badan.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerak meliukkan badan.
- ✚ Peserta didik dapat menyimak video tentang gerak meliukkan badan dengan *scan QR Code* pada halaman 53.

### **Pembelajaran 4.** Bergoyang di tempat sesuai irama (6 JP)

Peserta didik mampu:

- 3.4 Menirukan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.
- 3.8 Menjelaskan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.

- ✚ Guru menjelaskan tentang gerak bergoyang di tempat sesuai irama. Guru menanyakan kepada peserta didik tentang gerak bergoyang di tempat sesuai irama.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.
- ✚ Peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerak bergoyang di tempat sesuai irama.
- ✚ Peserta didik melakukan kegiatan bermain dan bernyanyi “Kepala, Pundak, Lutut, Kaki”.
- ✚ Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok dan menjelaskan cara bermain dan bernyanyi “Kepala, Pundak, Lutut, Kaki”.
- ✚ Guru membimbing peserta didik dalam bermain dan bernyanyi “Kepala, Pundak, Lutut, Kaki” 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 3 halaman 59 - 63. Peserta didik dapat mengerjakan AKM (Asesmen Kompetensi Minimum) halaman 65.
2. Peserta didik dapat mengerjakan Praproyek “Ayo, Peragakan Gerak Berirama” pada halaman 67.
3. Peserta didik diberikan tes lisan yang berhubungan dengan gerak dasar.

Contoh:

- a. Apa manfaat gerak berirama bagi tubuh?
  - b. Apa saja gerak dasar dalam gerak berirama? 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.