

MODUL AJAR

Kurikulum Merdeka memberikan kebebasan kepada pendidik untuk mengembangkan modul dengan 2 cara, yaitu:

- Memilih atau memodifikasi modul ajar yang sudah disediakan pemerintah untuk menyesuaikan modul ajar dengan karakteristik peserta didik, atau
- Menyusun sendiri modul ajar sesuai dengan karakteristik peserta didik

Kriteria Pengembangan Modul Ajar Kurikulum Merdeka

Pendidik dan satuan pendidikan dapat menggunakan berbagai strategi untuk mengembangkan modul ajar selama modul ajar memenuhi 2 syarat minimal. Pertama memenuhi kriteria yang telah ada. Kedua aktivitas pembelajaran dalam modul ajar sesuai dengan prinsip pembelajaran dan asesmen.

Adapun kriteria Modul ajar kurikulum merdeka sebagai berikut ini:

Esensial

Esensial: Pemahaman konsep dari setiap mata pelajaran melalui pengalaman belajar dan lintas disiplin.

Menarik, Bermakna dan Menantang

Menarik, bermakna, dan menantang: Menumbuhkan minat untuk belajar dan melibatkan peserta didik secara aktif dalam proses belajar. Berhubungan dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki sebelumnya, sehingga tidak terlalu kompleks, namun juga tidak terlalu mudah untuk tahap usianya.

Relevan dan Kontekstual

Relevan dan kontekstual: Berhubungan dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki sebelumnya, dan sesuai dengan konteks di waktu dan tempat peserta didik berada.

Berkesinambungan

Berkesinambungan: Keterkaitan alur kegiatan pembelajaran sesuai dengan fase belajar peserta didik.

Komponen Modul Ajar di Kurikulum Merdeka

Modul ajar kurikulum merdeka memiliki sistematika penulisan berdasarkan Panduan Pembelajaran dan Asesmen. Tujuan penulisan modul ajar adalah untuk memandu pendidik untuk melaksanakan proses pembelajaran. Komponen dalam modul ajar ditentukan oleh pendidik berdasarkan kebutuhannya.

Secara umum modul ajar memiliki komponen sebagai berikut:

Informasi Umum

Komponen informasi umum terdiri atas:

- Identitas penulis modul
- Kompetensi awal
- Profil Pelajar Pancasila
- Sarana dan prasarana
- Target peserta didik
- Model pembelajaran yang digunakan

Komponen Inti

Komponen inti modul ajar sebagai berikut:

- Tujuan pembelajaran
- Pemahaman bermakna
- Pertanyaan pemantik
- Kegiatan pembelajaran
- Asesmen
- Refleksi peserta didik dan pendidik
- Pengayaan dan remedial

Lampiran

- Lembar kerja peserta didik
- Bahan bacaan pendidik dan peserta didik
- Glossarium
- Daftar pustaka

CONTOH MODUL AJAR PJOK 2 ERLANGGA

**BAB 8
MODUL AJAR PERILAKU HIDUP SEHAT**

Capaian Pembelajaran	Pada akhir fase A, peserta didik dapat menunjukkan berbagai aktivitas pola gerak dasar dan keterampilan gerak sebagai hasil peniruan dari berbagai sumber, memahami konsep dan prinsip gerak yang benar, memahami dan mempraktikkan aktivitas jasmani untuk pengembangan kebugaran dan pola perilaku hidup sehat, menunjukkan perilaku awal tanggung jawab personal dan sosial, serta menerima nilai-nilai aktivitas jasmani.		
INFORMASI UMUM			
Nama	Fase/Kelas	Fase A/2
Asal Sekolah	SD/MI.....	Mapel	PJOK
Alokasi Waktu	2 Pertemuan (3x35 menit)	Jumlah Siswa
Kompetensi Awal	Mengetahui prosedur dalam melakukan gerak dasar, permainan, dan olahraga, perilaku hidup sehat (menjaga kebersihan kamar tidur, menjaga kebersihan lingkungan rumah, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah).		
Profil Pelajar Pancasila	Dengan dimensi kreatif, mandiri, dan berkebinekaan global pada pembelajaran perilaku hidup sehat, diletakkan landasan karakter moral dan sosial yang kuat dan mendorong siswa untuk berfikir kreatif serta memupuk rasa persatuan dan kesatuan yang kuat.		
Sarana-Prasarana	Lapangan /halaman, ruang kelas, pakaian olahraga, sepatu olah raga, Cone, Pluit, Stop watch, LK, audio/mp3, HP, Video tentang perilaku hidup sehat, dan Laptop.		
Target Peserta Didik	Peserta didik reguler / tipikal : umum, tidak ada kesulitan dalam mencerna dan memahami materi ajar.		
KOMPONEN INTI			
Model Pembelajaran	Dilakukan secara tatap muka dan PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh)		
Tujuan Pembelajaran	Setelah mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran ini Siswa dapat: 1. Memahami dan mempraktikkan menjaga kebersihan kamar tidur. 2. Memahami dan mempraktikkan menjaga kebersihan lingkungan rumah. 3. Memahami dan mempraktikkan menjaga kebersihan lingkungan kelas. 4. Memahami dan mempraktikkan menjaga kebersihan lingkungan sekolah.		
Pemahaman Bermakna	Dengan memahami dan melakukan gerak fisik perilaku hidup sehat (menjaga kebersihan kamar tidur, menjaga kebersihan lingkungan rumah, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah) secara rutin dan baik akan memacu kerja otot, jantung dan paru-paru menjadi normal. Sehingga tumbuh kembang tubuh berkembang secara optimal, menjadikan lingkungan bersih dan indah sehingga berdampak baik bagi kesehatan.		
Pertanyaan Pemantik	Untuk menumbuhkan rasa ingin tahu dan kemampuan berpikir kritis pada diri peserta didik perlu diberikan pertanyaan . Apa yang kamu ketahui tentang perilaku hidup sehat? Mengapa kamu harus melakukan aktivitas perilaku hidup sehat? Bagaimana cara melakukan aktivitas perilaku hidup sehat? Untuk apa kita melakukan perilaku hidup sehat?		
Persiapan Pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Menyiapkan materi ajar berupa buku Teks PJOK 2 Erlangga, video tentang cara menjaga kebersihan kamar tidur, menjaga kebersihan lingkungan rumah, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah dalam perilaku hidup sehat. ▪ Menyiapkan peralatan dan media yang diperlukan ▪ Menentukan metode pembelajaran: ceramah bervariasi, diskusi (<i>sharing</i>), metode Latihan/penugasan, presentasi project. 		

Kegiatan Pembelajaran	<p>Kegiatan Pendahuluan: 10'</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka kegiatan dengan salam pembuka, Berdoa, memeriksa kehadiran, memeriksa kebersihan, menanyakan kesehatan peserta didik, 2. Guru meminta peserta didik untuk mengukur denyut nadi/jantung awal/istirahat secara manual. 3. Guru mengaitkan materi yang lalu dan sekarang, mengajukan pertanyaan, dan memotivasi peserta didik. 4. Guru menjelaskan capaian pembelajaran, tujuan pembelajaran, dan teknik assesment, 5. Guru membagi kelompok, dan menjelaskan mekanisme langkah-langkah kegiatan pembelajaran dengan penugasan/latihan. 6. Guru meminta peserta didik untuk melakukan pemanasan dalam bentuk permainan, dan menyampaikan tujuan pemanasan.
	<p>Kegiatan Inti: 60'</p> <ol style="list-style-type: none"> I. Kegiatan Mencari dan Menemukan Gerak Peserta didik diminta mengamati dan mengkaji tentang gerak dasar aktivitas perilaku hidup sehat (menjaga kebersihan kamar tidur, menjaga kebersihan lingkungan rumah, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah) pada gambar atau tayangan video pada buku PJOK 2 Erlangga hal 124-128. II. Kegiatan Pembelajaran: <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjaga Kebersihan Kamar Tidur <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan menjaga kebersihan kamar tidur, pada LK A1 ▪ Peserta didik menganalisis menjaga kebersihan kamar tidur. seperti pada buku PJOK 2 Erlangga hal 125-126. 2. Menjaga Kebersihan Lingkungan Rumah <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan menjaga kebersihan lingkungan rumah, pada LK B1 ▪ Peserta didik menganalisis menjaga kebersihan lingkungan rumah. seperti pada buku PJOK 2 Erlangga hal 126-127. 3. Menjaga Kebersihan Lingkungan Kelas <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan menjaga kebersihan lingkungan kelas, pada LK C1 ▪ Peserta didik menganalisis menjaga kebersihan lingkungan kelas. seperti pada buku PJOK 2 Erlangga hal 128. 4. Menjaga Kebersihan Lingkungan Sekolah <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan menjaga kebersihan lingkungan sekolah, pada LK D1 ▪ Peserta didik menganalisis menjaga kebersihan lingkungan sekolah. seperti pada buku PJOK 2 Erlangga hal 128.
	<p>Aktifitas Akhir : 10'</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta melakukan pendinginan dengan gerakan yang sederhana dengan bimbingan guru. ▪ Peserta didik diminta melihat kembali hasil belajar yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan pembelajaran. Kemudian peserta didik diminta buat catatan dan simpulan hasil pembelajaran dalam Lembar Kerja (LK) atau buku tugas ▪ Menyampaikan tugas proyek unjuk kerja untuk memperdalam materi yang dipelajari seperti pada buku PJOK 2 Erlangga hal 130. ▪ Menyampaikan informasi tentang materi pembelajaran pada pertemuan berikutnya. ▪ Selanjutnya peserta didik diminta mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.

Esesmen Pengetahuan

1. Tubuh sehat dan bugar menjadi dambaan setiap orang, menanamkan perilaku hidup sehat merupakan salah satu usaha untuk menjadikan tubuh tetap sehat dan bugar. Jelaskan apakah perilaku hidup sehat itu?
2. Ada beberapa cara menanamkan perilaku hidup sehat yang dapat kalian lakukan, di antaranya yaitu: a. menjaga kebersihan kamar tidur, b. menjaga kebersihan lingkungan rumah, c. menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan d. menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Coba jelaskan dari ke empat cara menanamkan perilaku hidup sehat tersebut, mana yang mengandung unsur kesulitan tinggi?
3. Kamar tidur merupakan ruangan tempat istirahat kita setiap hari. Rasa lelah dan kantuk akan hilang setelah tidur. Supaya merasa nyaman saat tidur, kamar tidur harus selalu kita jaga kebersihannya. Sebutkan cara menjaga kebersihan kamar tidur?
4. Ada pepatah mengatakan “Rumahku Surgaku”. Rumah harus selalu dijaga kebersihannya, rumah menjadi bersih dan indah dipandang, rumah pun menjadi nyaman untuk ditempati. Sebutkan bagaimana cara menjaga kebersihan lingkungan rumah?

Prosedur Penilaian.

1. Setiap butir soal, kemungkinan jawaban diberi Rentang skor 10 – 20
2. Jumlah skor maksimal pada penilaian pengetahuan 100
3. Hasil nilai diperoleh dengan menggunakan rumus:

$$\frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$

Asesmen

Esesmen Keterampilan/Unjuk Kerja

1. Peserta didik memahami dan melakukan menjaga kebersihan kamar tidur
2. Peserta didik memahami dan melakukan menjaga kebersihan lingkungan rumah
3. Peserta didik memahami dan melakukan menjaga kebersihan lingkungan kelas
4. Peserta didik memahami dan melakukan menjaga kebersihan lingkungan sekolah

Prosedur Penilaian.

ketentuan variasi gerak dasar yang dinilai

Menjaga kebersihan kamar tidur				Menjaga kebersihan lingkungan rumah				Menjaga kebersihan lingkungan kelas				Menjaga kebersihan lingkungan sekolah				Jumlah Skor	Nilai
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
Jumlah Skor Maksimal = 24																	

1. Setiap variasi gerak yang dinilai diberi skor 1 – 4
2. Jumlah skor maksimal penilaian keterampilan 24
3. Hasil nilai diperoleh dengan menggunakan rumus:

$$\frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$

Keterangan:

- Skor 4 : Melakukan variasi gerak dasar dengan sangat tepat
 3 : Melakukan variasi gerak dasar dengan tepat
 2 : Melakukan variasi gerak dasar dengan kurang tepat
 1 : Melakukan variasi gerak dasar dengan tidak tepat

	<p>Esesmen Sikap. Asesmen sikap didasarkan pada hasil refleksi sikap peserta didik dan pengamatan guru pada saat melakukan perilaku hidup sehat dalam bentuk praktek dengan menggunakan lembar kerja LK latihan soal akhir bab dan pengamatan guru pada saat proses pembelajaran.</p>																				
<p>Refleksi</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Melatih peserta didik untuk berperan aktif dalam mengevaluasi pembelajaran mereka dan memikirkan bagaimana cara mereka dapat memperbaiki diri. <table border="1" data-bbox="467 480 1406 929"> <thead> <tr> <th>Kegiatan</th> <th>Selalu</th> <th>Kadang-Kadang</th> <th>Tidak Pernah</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Menjaga kebersihan kamar tidur.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Menjaga kebersihan lingkungan rumah.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Menjaga kebersihan lingkungan kelas.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Menjaga kebersihan lingkungan sekolah.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kegiatan pemberian umpan balik atau penilaian dari siswa terhadap guru setelah mengikuti serangkaian proses belajar mengajar dalam jangka waktu tertentu. 	Kegiatan	Selalu	Kadang-Kadang	Tidak Pernah	Menjaga kebersihan kamar tidur.				Menjaga kebersihan lingkungan rumah.				Menjaga kebersihan lingkungan kelas.				Menjaga kebersihan lingkungan sekolah.			
Kegiatan	Selalu	Kadang-Kadang	Tidak Pernah																		
Menjaga kebersihan kamar tidur.																					
Menjaga kebersihan lingkungan rumah.																					
Menjaga kebersihan lingkungan kelas.																					
Menjaga kebersihan lingkungan sekolah.																					
<p>Remidial dan Pengayaan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Remedial Dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran. 2. Kegiatan Pengayaan Diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan asesmen pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. 																				

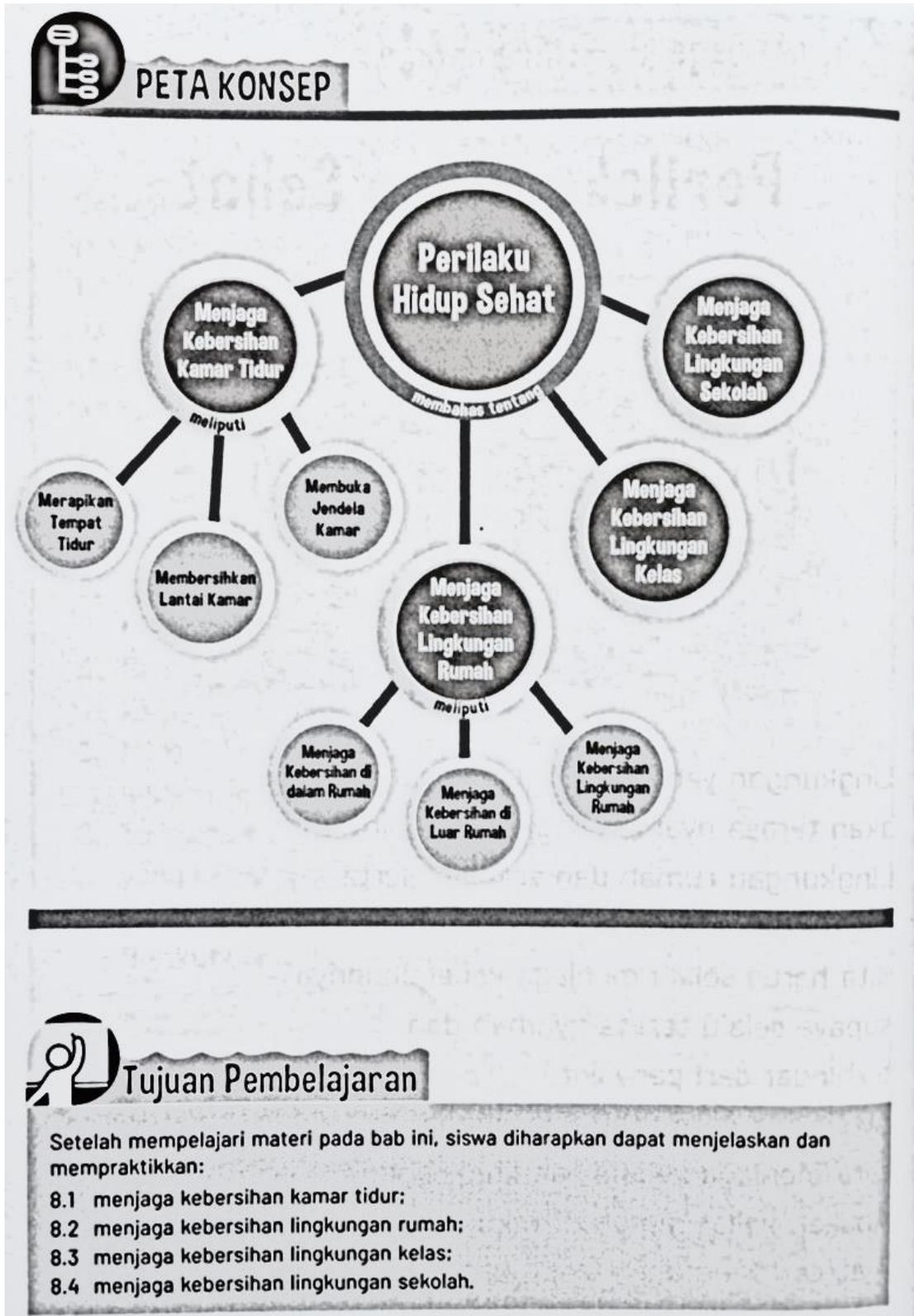
Mengetahui,
Kepala SD/MI ...

Demak, 20..
Guru Pendidikan Jasmani

Lampiran-lampiran.

1. Lembar Kerja Peserta Didik.
2. LK Praprojek
3. Bahan Bacaan
4. Glosarium
5. Daftar Pustaka.

CONTOH





Praproyek

Ayo, Membuat Kartu Menjaga Kebersihan

Perilaku hidup sehat harus terwujud dalam kegiatan sehari-hari.

Ayo, membuat kartu menjaga kebersihan lingkungan. Hasil dari praproyek ini dapat digunakan untuk melakukan proyek tentang menjaga kebersihan di sekolahmu.

1. Buatlah kartu berisi cara menjaga kebersihan diri.
2. Siapkan alat dan bahan, yaitu potongan kertas karton (10 cm × 10 cm) dan alat tulis.
3. Praktikkan salah satu cara menjaga kebersihan, misalnya mencuci tangan dengan sabun, membersihkan tempat tidur, atau merapikan meja belajar.
4. Mintalah orang tuamu untuk mendokumentasikan kegiatanmu dalam bentuk foto.
5. Tempelkan fotomu di kertas karton dan berilah nama kegiatannya.
6. Tambahkan hiasan pada kartumu agar lebih menarik.
7. Ceritakan perasaanmu selama melakukan kegiatan.

**Profil Pelajar Pancasila
yang Dikembangkan**

1. Mandiri
2. Kreatif
3. Berkebinekaan global

BAHAN BACAAN

- Materi perilaku hidup sehat pada buku ajar PJOK kls 2 Erlangga.
- Peraturan aktivitas perilaku hidup sehat.

GLOSARIUM

Gerak Dasar : gerak yang khas/khusus atau gerakan yang hanya ada di suatu permainan atau olahraga. seperti di aktivitas perilaku hidup sehat (menjaga kebersihan kamar tidur, menjaga kebersihan lingkungan rumah, menjaga kebersihan lingkungan kelas, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah) dilakukan secara khas.

DAFTAR PUSTAKA

Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 033/H/KR/2022 tentang Perubahan Atas Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 008/H/KR/2022 tentang Capaian Pembelajaran Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah Pada Kurikulum Merdeka.

Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 262/M/2022 tentang Perubahan Atas Keputusan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 56/M/2022 tentang Pedoman Penerapan Kurikulum Dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran.

Masri'an dan Aminarni. 2009. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Masri'an dan Aminarni. 2018. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Masri'an dan Aminarni. 2022. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.