

MODUL AJAR 2
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA,
DAN KESEHATAN
FASE A – KELAS 1 – SEMESTER I

SENAM LANTAI

MODUL AJAR 2

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

SENAM LANTAI

Fase / Semester : A / I (Satu)	Kelas : I (Satu)
Elemen : • Keterampilan gerak • Pengetahuan Gerak	Alokasi Waktu : 16 JP atau sesuai kebutuhan
Tujuan Pembelajaran Peserta didik mampu: 2.1 Menirukan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai. 2.2 Menjelaskan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.	
Profil Pelajar Pancasila:  Mandiri  Kreatif	

Langkah-Langkah Pembelajaran:

-  Peserta didik mampu menjelaskan tentang gerakan senam lantai.
-  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: Apakah kamu pernah melakukan gerak bergantung?

Pembelajaran 1. Gerak bertumpu (4 JP)

Peserta didik mampu:

- 2.1 Menirukan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.
- 2.2 Menjelaskan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.

-  Guru menjelaskan tentang gerak dasar senam lantai.
-  Guru mengajak peserta didik untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu.
-  Guru menjelaskan gerak bertumpu.
-  Peserta didik mengamati macam-macam gerak bertumpu.
-  Peserta didik menyimak contoh gerakan dan video gerak dasar bertumpu dengan *scan QR Code* pada halaman 33.
-  Guru memberikan contoh gerakan dan peserta didik mempraktikkan gerakan tersebut dengan hati-hati.
-  Guru membimbing peserta didik yang masih mengalami kesulitan.

Pembelajaran 2. Gerak bergantung (4 JP)

Peserta didik mampu:

- 2.1 Menirukan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.
- 2.2 Menjelaskan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.

- ✚ Guru menjelaskan gerak bergantung.
- ✚ Peserta didik mengamati cara melakukan gerakan bergantung.
- ✚ Peserta didik menyimak contoh gerakan dan video gerak dasar bergantung dengan *scan QR Code* pada halaman 35.
- ✚ Guru memberikan contoh gerakan dan peserta didik mempraktikkan gerakan tersebut dengan hati-hati.
- ✚ Guru membimbing peserta didik yang masih mengalami kesulitan.

Pembelajaran 3. Gerak bergantung (4 JP)

Peserta didik mampu:

- 2.1 Menirukan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.
- 2.2 Menjelaskan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.

- ✚ Guru menjelaskan gerak keseimbangan.
- ✚ Peserta didik mengamati macam-macam gerak keseimbangan.
- ✚ Peserta didik menyimak contoh gerakan dan video gerak dasar bergantung dengan *scan QR Code* pada halaman 36.
- ✚ Guru memberikan contoh gerakan dan peserta didik mempraktikkan gerakan tersebut dengan hati-hati.
- ✚ Guru membimbing peserta didik yang masih mengalami kesulitan.

Pembelajaran 4. Gerak berpindah (4 JP)

Peserta didik mampu:

- 2.1 Menirukan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.
- 2.2 Menjelaskan gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, dan gerak berpindah dalam senam lantai.

- ✚ Guru menjelaskan gerak berpindah.
- ✚ Peserta didik mengamati macam-macam gerak berpindah.
- ✚ Peserta didik menyimak contoh gerakan dan video gerak dasar berpindah dengan *scan QR Code* pada halaman 37.
- ✚ Guru memberikan contoh gerakan dan peserta didik mempraktikkan gerakan tersebut dengan hati-hati.
- ✚ Guru membimbing peserta didik yang masih mengalami kesulitan.
- ✚ Peserta didik melakukan kegiatan bermain melompat sambil berputar.
- ✚ Guru membagi peserta didik ke dalam beberapa kelompok dan menjelaskan cara bermain melompat sambil berputar.
- ✚ Guru membimbing peserta didik dalam bermain melompat sambil berputar 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 2 halaman 40 - 44. Peserta didik dapat mengerjakan AKM (Asesmen Kompetensi Minimum) halaman 46.
2. Peserta didik dapat mengerjakan Praprojek “Ayo, Tunjukkan Gerakan Senam Lantai” pada halaman 48.
3. Peserta didik diberikan tes lisan yang berhubungan dengan senam lantai.

Contoh:

- a. Apa manfaat melakukan senam lantai?
 - b. Bagaimana posisi awal saat melakukan gerak bergantung?
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.