

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 5 ERLANGGA

**BAB 8
MODUL AJAR RENANG GAYA BEBAS**

INFORMASI UMUM			
Nama	Fase/Kelas	Fase C/5
Asal Sekolah	SD/MI.....	Mapel	PJOK
Alokasi Waktu	2 Pertemuan (3x35 menit)	Jumlah Siswa
Kompetensi Awal	Mengetahui berbagai variasi gerak dasar dalam aktivitas renang gaya bebas (pengertian renang gaya bebas, gerak dasar renang gaya bebas, dan tata tertib di kolam renang).		
Profil Pelajar Pancasila	Dengan dimensi mandiri dan kreatif pada pembelajaran aktivitas variasi gerak dasar renang gaya bebas, diletakkan landasan pembinaan kemandirian yang kuat serta mendorong siswa untuk berfikir kreatif.		
Sarana-Prasarana	Kolam renang, pakaian renang, kacamata renang, Cone, Pluit, Stop watch, LK, audio/mp3, HP, Video tentang renang gaya bebas, 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. Menjelaskan gerak dasar meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan teknik pernapasan dalam renang gaya bebas. 2. mempraktikkan gerak dasar meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan teknik pernapasan dalam renang gaya bebas. 3. Menjelaskan tata tertib di kolam renang. 4. mempraktikkan tata tertib di kolam renang.		
Pemahaman Bermakna	Dengan melakukan gerak fisik aktivitas renang gaya bebas (pengertian renang gaya bebas, gerak dasar renang gaya bebas, dan tata tertib di kolam renang) secara rutin dan baik akan memacu kerja otot, jantung dan paru-paru menjadi normal. Sehingga tumbuh kembang tubuh berkembang secara optimal.		
Pertanyaan Pemantik	Untuk menumbuhkan rasa ingin tahu dan kemampuan berpikir kritis pada diri peserta didik perlu diberikan pertanyaan . Apa yang kamu ketahui tentang renang gaya bebas? Mengapa kamu melakukan aktivitas renang gaya bebas? Bagaimana cara melakukan renang gaya bebas dengan benar? Untuk apa kita melakukan aktivitas renang gaya bebas?		
Persiapan Pembelajaran	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Menyiapkan materi ajar berupa buku Teks PJOK 5 Erlangga, video tentang pengertian renang gaya bebas, gerak dasar renang gaya bebas, dan tata tertib di kolam renang dalam renang gaya bebas. ▪ 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 renang gaya bebas (pengertian renang gaya bebas, gerak dasar renang gaya bebas, dan tata tertib di kolam renang) pada gambar atau tayangan video pada buku PJOK 5 Erlangga hal 102-107. II. Kegiatan Pembelajaran: <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian Renang Gaya Bebas <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami pengertian renang gaya bebas, pada LK A1 ▪ Peserta didik menganalisis pengertian renang gaya bebas. seperti pada buku PJOK 5 Erlangga hal 103. 2. Gerak Dasar Renang Gaya Bebas <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan gerak dasar renang gaya bebas, pada LK B1 ▪ Peserta didik menganalisis gerak dasar renang gaya bebas. seperti pada buku PJOK 5 Erlangga hal 103-106. 3. Tata Tertib di Kolam Renang <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik diminta memahami dan melakukan latihan tata tertib di kolam renang pada LK C1 ▪ Peserta didik menganalisis tata tertib di kolam renang. seperti pada buku PJOK 5 Erlangga hal 107.
	<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 5 Erlangga hal 109-111. ▪ 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, melakukan aktivitas renang gaya bebas merupakan salah satu usaha untuk menjadikan tubuh tetap sehat dan bugar. Jelaskan apakah aktivitas renang gaya bebas itu?
2. Ada beberapa variasi gerak dalam gerak dasar renang gaya bebas yang dapat kalian pelajari, di antaranya yaitu: a. gerak dasar meluncur, b. gerak dasar tungkai, c. gerak dasar lengan, d. gerak dasar pernapasan. Coba jelaskan dari ke empat cara variasi gerak dasar tersebut, mana yang mengandung unsur kesulitan tinggi?
3. Pada renang gaya bebas, posisi badan sangat penting. Hal ini karena posisi badan yang benar akan memudahkan pergerakan tubuh. Jelaskan bagaimana posisi badan yang benar dalam renang gaya bebas?
4. Renang adalah olahraga air yang memiliki teknik dan aturan yang sudah baku. Renang merupakan salah satu cabang olahraga air yang turut dilombakan di tingkat nasional hingga internasional. Di dalam olahraga renang terdapat banyak gaya renang, yaitu?

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 pengertian renang gaya bebas
2. Peserta didik melakukan gerak dasar renang gaya bebas
3. Peserta didik memahami tata tertib di kolam renang

Prosedur Penilaian.

ketentuan pemahaman dan gerakan yang dinilai

Pengertian renang gaya bebas				Gerak dasar renang gaya bebas				Tata tertib di kolam renang				Jumlah Skor	Nilai
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 aktivitas renang gaya bebas 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="467 483 1419 787"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Aspek yang Dinilai</th> <th colspan="3">Hasil Pengamatan</th> </tr> <tr> <th>Baik</th> <th>Cukup Baik</th> <th>Kurang</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Posisi badan.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Gerakan meluncur.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Gerakan tungkai.</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. <table border="1" data-bbox="467 912 1419 1223"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Aspek yang Dinilai</th> <th colspan="3">Hasil Pengamatan</th> </tr> <tr> <th>Baik</th> <th>Cukup Baik</th> <th>Kurang</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Gerakan lengan.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Gerakan mengambil napas.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Gerakan mengeluarkan napas.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Aspek yang Dinilai	Hasil Pengamatan			Baik	Cukup Baik	Kurang	Posisi badan.				Gerakan meluncur.				Gerakan tungkai.				Aspek yang Dinilai	Hasil Pengamatan			Baik	Cukup Baik	Kurang	Gerakan lengan.				Gerakan mengambil napas.				Gerakan mengeluarkan napas.			
Aspek yang Dinilai	Hasil Pengamatan																																						
	Baik	Cukup Baik	Kurang																																				
Posisi badan.																																							
Gerakan meluncur.																																							
Gerakan tungkai.																																							
Aspek yang Dinilai	Hasil Pengamatan																																						
	Baik	Cukup Baik	Kurang																																				
Gerakan lengan.																																							
Gerakan mengambil napas.																																							
Gerakan mengeluarkan napas.																																							
<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. Kegiatann 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. 																																						

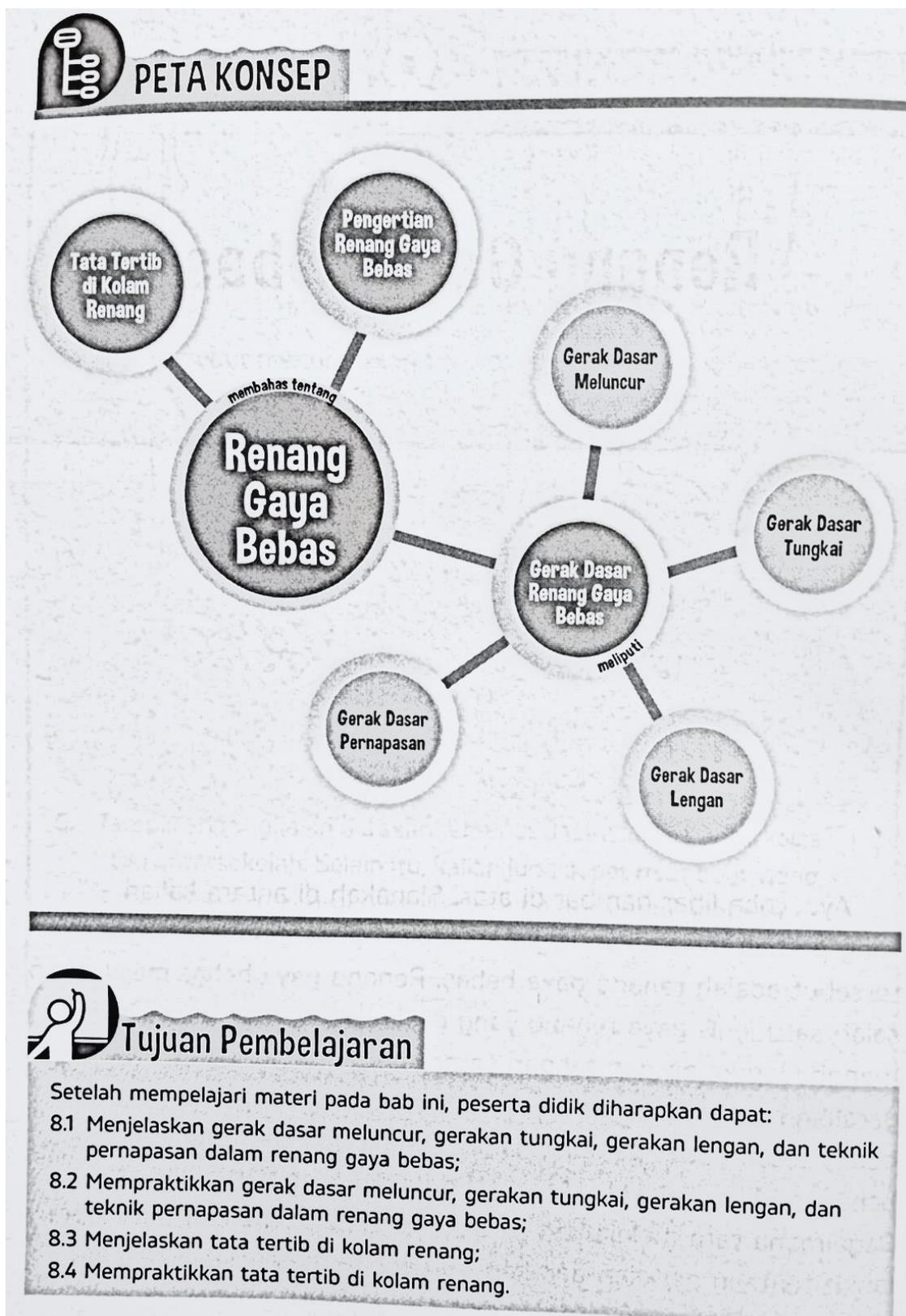
Mengetahui,
Kepala SD/MI ...

Demak, 20..
Guru Pendidikan Jasmani

Lampiran-lampiran.

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

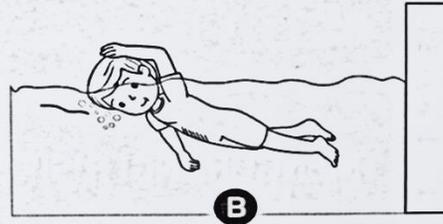
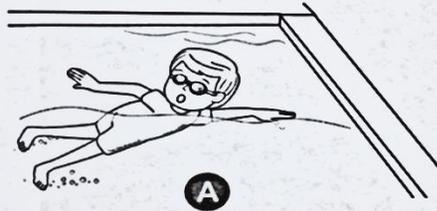
CONTOH





HOTS

Perhatikan kedua gambar berikut.



1. Tulislah perbedaan dari kedua gerakan tersebut.
2. Bagaimana cara melakukan gerakan A?
3. Bagaimana cara melakukan gerakan B?



Praproyek

Ayo, Peragakan Koordinasi Gerak Renang Gaya Bebas

Kamu sudah belajar gerak-gerak dasar renang gaya bebas. Ada gerak dasar meluncur, gerakan tangan dan kaki, serta bernapas. Semua gerak dasar tersebut harus dirangkai untuk menghasilkan renang gaya bebas. Ini dinamakan koordinasi gerak renang gaya bebas. Sekarang, kamu harus memperagakan koordinasi gerak-gerak dasar tersebut. Melalui kegiatan ini, kamu dapat menjadi pelajar yang mandiri dan kreatif. Praproyek ini juga dapat kamu gunakan dalam proyek "Perlombaan Renang Antarkelas" di sekolahmu.

Langkah-langkahnya sebagai berikut.

1. Pergilah ke kolam renang yang ada di sekitar rumah atau sekolah. Kamu dapat pergi berkelompok atau sendiri. Jangan lupa, kamu harus didampingi oleh orang tua atau guru renang.
2. Pakailah pakaian renang yang sopan. Ingat, lakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum berenang.
3. Lakukan rangkaian gerak dasar renang gaya bebas mulai dari meluncur hingga teknik pernapasannya. Mintalah orang tua atau guru renang merekam rangkaian gerakan yang kamu lakukan.
4. Kirimkan video hasil rekaman tersebut ke media sosial sekolahmu.
5. Mintalah teman-temanmu menilai gerakanmu.

Profil Pelajar Pancasila
yang Dikembangkan

1. Mandiri
2. Kreatif

BAHAN BACAAN

- Materi aktivitas renang gaya bebas pada buku ajar PJOK kls 5 Erlangga.
- Peraturan aktivitas renang gaya bebas.

GLOSARIUM

- Gerak dasar : Suatu pola gerakan yang mendasari suatu gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks, seperti: gerak dasar manusia (berjalan, berlari, melompat, dan melempar).

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.

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, Aminarni dan Sugito. 2022. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.