

Alur Tujuan Pembelajaran

Mata Pelajaran : PJOK
Nama Penyusun : TATANG LIA
Sekolah : SLBN CICENDO
Tahun Ajaran : 2024/2025
Fase : F

Pada akhir fase ini, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil evaluasi aktivitas jasmani dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan aktivitas air yang disesuaikan dengan kemampuan juga karakteristik peserta didik (kondisional).

Elemen dan Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Alur Tujuan Pembelajaran Lintas Elemen
<p>1. Terampil Bergerak</p> <p>Peserta didik merancang, menerapkan, menghaluskan dan mengevaluasi keterampilan gerak spesifik di dalam berbagai situasi gerak yang menantang untuk meningkatkan kinerja gerak. Peserta didik menciptakan, mengembangkan, dan mengevaluasi strategi gerak untuk mendapatkan keberhasilan capaian keterampilan gerak melintasi berbagai situasi gerak yang menantang. Peserta didik menerapkan konsep gerak di dalam situasi gerak baru yang menantang dan mengevaluasi dampak tiap konsep pada capaian keterampilan gerak.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Mempraktikkan gerak spesifik dalam olahraga atletik.2. Mempraktikkan gerak spesifik dalam permainan tradisional.3. Mempraktikkan gerak spesifik dominan dinamis senam.	<ol style="list-style-type: none">1. memahami, mengenal gerak spesifik jalan cepat, lari cepat, lopat tinggi, lempar lembing, lempar cakram.2. memahami, mengenal gerak spesifik dalam permainan tradisional.3. memahami, mengenal gerak spesifik dominan baling-baling pada senam. <p>Kegiatan semua dilakukan dengan rasa jujur, kerjasama, sportivitas.</p>

<p>2. Belajar melalui Gerak</p> <p>Peserta didik mengadaptasi dan mengevaluasi strategi gerak yang telah dikuasai dalam situasi gerak baru yang menantang. Peserta didik mengevaluasi fair play dan merefleksikan pengaruh perilaku etis terhadap capaian aktivitas jasmani bagi individu dan kelompok. Peserta didik merancang dan mengevaluasi strategi pengambilan keputusan dalam kerja tim yang mempertunjukkan keterampilan kepemimpinan dan kolaborasi.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mempraktikkan gerak spesifik dalam permainan perorangan dan beregu sederhana. 2. Mempraktikkan peningkatan terkait kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan. 3. Mempraktikkan gerak spesifik pada kegiatan air. 4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi lengan mengikuti irama. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memahami. Mengenal gerak spesifik dalam permainan bola kecil, bola besar, permainan lainnya. 2. Memahami, mengenal gerak spesifik gerak daya tahan, kekuatan, kelenturan. 3. Memahami, mengenal gerak spesifik salah satu start pembalikan gaya dada dan gaya punggung. 4. Memahami, mengenal gerak spesifik salah satu rangkaian senam irama. <p>Kegiatan semua dilakukan dengan rasa jujur, kerjasama, sportivitas.</p>
<p>3. Bergaya Hidup Aktif</p> <p>Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas kebugaran dan mengevaluasi dampak partisipasi yang teratur terhadap kesehatan. Peserta didik berpartisipasi dalam aktivitas kebugaran di luar ruang dan /atau lingkungan alam, dan mengevaluasi strategi peningkatan pemanfaatannya. Peserta didik mengevaluasi efektivitas strategi peningkatan aktivitas kebugaran untuk</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan tanya jawab, bermain peran, bercerita kepada orang tua, menyampaikan dan menerima pesan secara lisan atau dan tulisan. 2. Mendengarkan secara aktif, mengajukan pertanyaan dengan singkat. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memahami, mengenal cara melakukan tanya jawab, bermain peran, bercerita kepada orang tua, menyampaikan dan menerima pesan secara lisan atau dan tulisan 2. Memahami, mengenal secara aktif mengajukan pertanyaan dengan singkat. <p>Kegiatan semua dilakukan dengan rasa jujur, kerjasama, sportivitas.</p>

kesehatan.		
<p>4. Memilih Hidup yang Menyehatkan</p> <p>Peserta didik mengadvokasi gaya hidup aktif dan sehat melalui aktivitas jasmani menggunakan berbagai media, mengadvokasi makanan sehat dan bergizi seimbang kepada orang lain sesuai kebutuhan aktivitas jasmaninya, dan mempraktikkan tindakan Resusitasi Jantung-Paru (RJP) sesuai Prosedur Operasional Standar (POS) sebagai upaya penyelamatan hidup.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui makanan sehat 2. Mempraktikkan gerak spesifik dalam permainan tradisional. 3. Mengetahui obat-obatan terlarang. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memahami, mengetahui makanan sehat. 2. Memahami, mengetahui pola hidup sehat pola tidur. 3. Mengetahui, memahami obat-obatan terlarang. <p>Kegiatan semua dilakukan dengan rasa jujur, kerjasama, sportivitas.</p>