

**MODUL AJAR
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

Identitas Modul:

Satuan Pendidikan : SLBN Cicendo Kota Bandung
Fase/Kelas/semester : B/III/1
Alokasi Waktu : 2 JP X 30 menit

Profil Pelajar Pancasila:

Bergotong Royong, mandiri, jujur, sportivitas

Capaian Pembelajaran:

Elemen : Terampil Bergerak

Capaian Pembelajaran : : Pada akhir fase ini, peserta didik menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi aktivitas pola gerak dasar, permainan dan olahraga, aktivitas senam lantai sederhana, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas olahraga air yang disesuaikan dengan kemampuan juga karakteristik peserta didik (kondisional).

Peserta didik menunjukkan keterampilan gerak fundamental dan menerapkan aktivitas permainan olahraga. Peserta didik menerapkan dan menyesuaikan strategi gerak untuk mendapatkan capaian keterampilan gerak. Peserta didik memperagakan konsep gerak yang dapat diterapkan dalam rangkaian gerak yang disesuaikan dengan kemampuan karakteristik peserta didik (kondisional).

Pokok Bahasan:

Mempraktikkan Gerak Non Lokomotor

Model Pembelajaran:

Praktik di Lapangan

Media Pembelajaran:

- Cons 15 cm
- Ring plastik
- Bendera kecil
-

Profil Peserta Didik:

Memiliki hambatan Pendengaran

Tujuan Pembelajaran:

1. Memahami, mengenal, dapat mempraktikkan gerak statis..
2. Memahami, mengenal, dapat mempraktikkan gerak dinamis.
3. Memahami, mengenal, dapat mempraktikkan gerak jumping jack.
4. Memahami, mengenal, dapat mempraktikkan gerak pesawat terbang.
5. Memahami, mengenal, dapat mempraktikkan gerak statis dan dinamis dalam permainan sederhana.

Sumber Belajar:

- Buku Guru dan Buku Siswa B
- Internet.

Pertanyaan Pematik:

1. Apakah kalian mengenal gerak Non Lokomotor?
2. Apakah kalian pernah melakukan gerak Non Lokomotor?

Langkah-Langkah Pembelajaran:

Pertemuan Ke 1-2

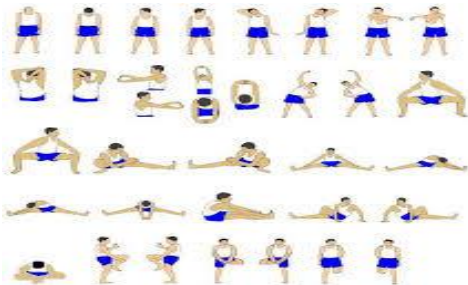
Kegiatan Pendahuluan.

1. Peserta didik menjawab ucapan salam pembuka.
2. Peserta didik dan guru berdoa sebelum kegiatan belajar.
3. Guru mengabsen kehadiran peserta didik.
4. Peserta didik menyimak tujuan pembelajaran yang disampaikan guru.
5. Peserta didik melakukan pemanasan dengan bimbingan guru.

Kegiatan Inti.

Pertemuan Ke-1

1. Peserta didik mempraktikkan gerakan-gerakan statis.



2. Peserta didik mempraktikkan gerakn-gerakan dinamis.



3. Peserta didik mempraktikkan gerakan jumping jack.

JUMPING JACKS



Pertemuan ke-2

1. Peserta didik mempraktikkan gerak pesawat terbang.



2. Peserta didik mempraktikkan gerak statis dan dinamis dalam permainan sederhana.



Intruksi Permainan.

- Dalam keadaan tangan berpegangan peserta didik bergerak ke arah kanan secara bersamaan kemudian ke arah kiri secara bersamaan.
- Peserta didik mempraktikkan membuat gerakan tangan naik turun secara bergantian dengan tangan saling berpegangan membuat gerakan seperti ombak.
- Peserta didik mempraktikkan berdiri jongkok secara bersamaan dengan keadaan tangan saling pegang.
- Peserta didik mempraktikkan berdiri dengan satu kaki (kaki kiri-kemudian bergantian kaki kanan yang dibawah dan diatas).

- Dalam keadaan duduk peserta didik dengan tangan saling berpegangan berdiri secara bersamaan.

Kegiatan Penutup:

1. Peserta didik mempraktikkan pendinginan dengan bimbingan guru.
2. Peserta didik menyimpulkan pembelajaran Non Lokomotor.
3. Peserta didik menyampaikan pendapat tentang manfaat pembelajaran Non Lokomotor.
4. Peserta didik dan guru melakukan berdoa setelah kegiatan belajar.
5. Peserta didik menjawab salam penutup guru.

Deferensi

Bagi peserta didik yang mengalami kesulitan, diberikan contoh lain.

Assesmen Penilaian

Formatif : Semangat selama kegiatan pembelajaran.
Sumatif : Penilaian harian (praktik).

Kepala Sekolah

Bandung, Juli 2024
Guru Mapel PJOK

Wawan, M.Pd
NIP. 197411102008011001

Tatang Lia, S.Pd
NIP. 198502142024211005