

MODUL AJAR

KURIKULUM MERDEKA

INFORMASI UMUM

IDENTITAS PENULIS

Nama Penulis : **PERUBAHAN GULO, A.Ma.Pd.OR**
Instansi : UPTD SD NEGERI NO. 076714 HILIWAITO
Tahun Penyusunan : 2026

IDENTITAS MODUL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK)
Tema : Peningkatan Teknik Dasar dalam Permainan Bola Bosar
Subtemat : Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar Lokomotor, Non-lokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Sepak Bola (Menendang dan Menghentikan Bola)
Media : Konkrit
Jenjang : SD
Fase / Kelas : B / IV (empat)
Semester : II (dua)
Alokasi Waktu : 1 Pertemuan (2 x 35 Menit)

KOMPETENSI AWAL

- Peserta didik secara umum telah mengenal permainan sepak bola.
- Peserta didik mampu melakukan gerak dasar lari dan menendang bola secara sederhana

PROFIL PELAJAR PANCASILA

- Beriman, bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa dan berakhlak mulia,
- Berpikir kritis,
- Mandiri,
- Gotong royong,
- Kreatif
- Berkebinekaan global

SARANA PRASARANA

- 1) Lapangan sekolah atau area terbuka yang aman.
- 2) Bola sepak (bola plastik/karet untuk keamanan).
- 3) Cone/Pembatas jalan.
- 4) Peluit dan Stopwatch.

TARGET PESERTA DIDIK

- ❖ Peserta didik reguler/tipikal

MODEL PEMBELAJARAN

- Project Based Learning (PjBL) atau Direct Instruction (Pengajaran Langsung).
 - 1) Metode : Demonstrasi, Presentasi, Penugasan, Latihan (langsung), Menyimak, Mengamati, Diskusi, Refleksi, dan Tanya Jawab.
 - 2) Media : Media Konkrit
 - 3) Pendekatan : Saintifik dan “Teaching Games for Understanding”

KOMPONEN INTI

CAPAIAN DAN TUJUAN PEMBELAJARAN

Capaian Pembelajaran (CP)	Tujuan Pembelajaran
Peserta didik menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar manipulatif secara mandiri (menendang dan menghentikan bola).	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik dapat menjelaskan teknik dasar menendang bola dengan kaki bagian dalam dengan benar.2. Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dasar menghentikan bola dengan kaki bagian dalam secara tepat.3. Peserta didik menunjukkan sikap disiplin dan kerja sama selama aktivitas pembelajaran.

PEMAHAMAN BERMAKNA

Keterampilan gerak dasar menendang dan menghentikan bola adalah fondasi penting dalam permainan sepak bola yang melatih koordinasi mata-kaki, keseimbangan, dan ketangkasan tubuh.

PERTANYAAN PEMANTIK

- a) "Siapa di sini yang suka bermain sepak bola?"
- b) "Bagian kaki mana yang paling sering kalian gunakan untuk mengoper bola agar tepat sasaran?"
- c) "Bagaimana cara menghentikan bola yang datangannya sangat cepat agar tidak meluncur jauh?"

MATERI PEMBELAJARAN

- Teknik Menendang Bola (Passing):
Menggunakan kaki bagian dalam untuk akurasi jarak pendek.
- Teknik Menghentikan Bola (Stopping):
Menggunakan kaki bagian dalam untuk mengontrol bola yang datang dari teman.

KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">a) Guru menyapa siswa dengan memberi salam dan menanyakan kabarb) Guru mengajak siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing dengan dipimpin oleh salah satu siswac) Guru mengecek kehadiran siswad) Apersepsi: Guru mengapresiasi siswa dengan mengajukan pertanyaan pemantike) Motivasi: Guru memberikan pemahaman yang bermakna kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran	10 Menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">1. Demonstrasi<ul style="list-style-type: none">➤ Guru mengajak siswa memasuki lapangan yang telah	50 Menit

	<p>ditentukan dan siswa membentuk barisan</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menyampaikan materi pembelajaran yang akan dipelajari hari ini didepan siswa ➤ Siswa menyimak penjelasan guru <p>2. Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru dan siswa melakukan pemanasan ➤ Guru memperagakan cara menendang dan menghentikan bola menggunakan media konkrit (bola asli). ➤ Siswa mengamati yang diperagakan guru ➤ Siswa diberi kesempatan untuk bertanya ➤ Peserta didik mencoba menendang bola ke arah dinding atau target diam secara mandiri. <p>3. Elaborasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dibagi dalam kelompok ➤ Siswa berdiskusi dengan melakukan latihan bersama kelompok (jarak 3-5 meter), Satu orang menendang, satu orang menghentikan, dilakukan bergantian. <p>4. Konfirmasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Setiap kelompok memprestasikan hasil latihan yang telah dilakukan ➤ Guru memberikan koreksi pada posisi kaki tumpu dan perkenaan bola. 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1) Guru bersama siswa melakukan Pendinginan (cooling down). 2) Refleksi bersama: Apa kesulitan yang dihadapi? 3) Guru bersama siswa menyimpulkan materi yang telah dipelajari 4) Guru mengapresiasi siswa dengan memberikan tugas rumah (PR) untuk memperkuat pemahaman siswa “menulis langkah-langkah melakukan <i>shooting</i> yang benar” 	10 Menit

	5) Guru menutup pembelajaran dengan mengucapkan syukur dan memberikan salam	
--	---	--

ASESMEN

- Asesmen Diagnostik : Tanya jawab lisan di awal kegiatan.
- Asesmen Formatif (Unjuk Kerja) : Observasi teknik menendang dan menghentikan bola saat latihan berpasangan.
- Asesmen Sikap : Jurnal observasi profil pelajar pancasila (mandiri & gotong royong).

PENGAYAAN DAN REMEDIAL

- ❖ Pengayaan : Peserta didik yang sudah mahir diberikan tantangan menendang sambil bergerak/berlari atau menggunakan kaki bagian luar.
- ❖ Remedial : Bimbingan khusus bagi peserta didik yang belum mampu mengontrol perkenaan kaki dengan bola melalui latihan jarak dekat (1-2 meter).

Hiliwaito, 05 Mei 2026

Mengetahui,

Kepala Sekolah

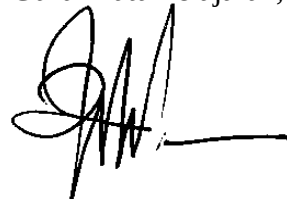
UPTD SDN No. 076714 HILIWAITO



CHRIST K.H MARUNDURI S.Pd

NIP. 19850312 201101 2 011

Guru Mata Pelajaran,



PERUBAHAN GULO, A.Ma.Pd.OR

NIP. -

1) BAHAN BACAAN

Permainan sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer dan banyak dimainkan oleh berbagai kalangan, termasuk peserta didik di sekolah dasar. Dalam permainan ini, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai agar permainan dapat dilakukan dengan baik, salah satunya adalah teknik menendang dan menghentikan bola.

Menendang bola (passing) adalah teknik dasar yang digunakan untuk mengoper bola kepada teman satu tim. Teknik ini biasanya dilakukan menggunakan kaki bagian dalam karena memberikan tingkat akurasi yang lebih tinggi, terutama untuk operan jarak pendek. Cara melakukan teknik ini yaitu dengan memposisikan kaki tumpu di samping bola, lalu kaki satunya diayunkan dan mengenai bagian tengah bola menggunakan kaki bagian dalam.

Menghentikan bola (stopping) adalah teknik yang digunakan untuk mengontrol bola agar tidak bergerak liar setelah diterima dari teman. Teknik ini juga menggunakan kaki bagian dalam agar bola dapat dihentikan dengan baik dan mudah dikendalikan. Saat menghentikan bola, posisi kaki harus rileks dan mengikuti arah datangnya bola agar bola tidak memantul jauh.

Latihan menendang dan menghentikan bola sangat penting untuk melatih koordinasi antara mata dan kaki, keseimbangan tubuh, serta kerja sama tim. Dengan latihan yang rutin, peserta didik akan semakin terampil dalam bermain sepak bola dan mampu bekerja sama dengan teman dalam sebuah permainan.

2) GLOSARIUM

- Sepak bola: Permainan olahraga beregu yang menggunakan bola dan dimainkan dengan kaki.
- Passing (mengoper): Teknik menendang bola kepada teman satu tim.
- Stopping (menghentikan bola): Teknik mengontrol bola agar berhenti atau mudah dikuasai.
- Kaki bagian dalam: Bagian kaki yang digunakan untuk menendang atau menghentikan bola dengan akurat.
- Kaki tumpu: Kaki yang digunakan sebagai penopang saat menendang bola.
- Koordinasi: Kemampuan mengatur gerakan tubuh agar selaras dan seimbang.
- Gerak manipulatif: Gerakan yang melibatkan penggunaan objek seperti bola.
- Kerja sama: Kemampuan bekerja bersama dalam kelompok untuk mencapai tujuan.

3) PENSKORAN PENILAIAN SELAMA KEGIATAN (ASESMEN)

A. Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

No	Aspek yang Dinilai	Kriteria	Skor
1	Posisi kaki tumpu	Tepat di samping bola	4
		Kurang tepat	3
		Tidak tepat	2
		Tidak melakukan	1
2	Perkenaan kaki dengan bola	Menggunakan kaki bagian dalam dengan benar	4
		Cukup benar	3
		Kurang tepat	2
		Salah	1
3	Arah bola	Tepat sasaran	4
		Cukup tepat	3
		Kurang tepat	2
		Tidak tepat	1
4	Teknik menghentikan bola	Bola terkontrol sempurna	4
		Cukup terkontrol	3
		Kurang terkontrol	2
		Tidak terkontrol	1

Skor Maksimal: 16 Nilai = $(\text{Skor diperoleh} / 16) \times 100$

B. Penilaian Sikap

No	Aspek Sikap	Indikator	Skor
1	Disiplin	Mengikuti aturan dan instruksi	1–4
2	Kerja sama	Aktif bekerja dalam kelompok	1–4
3	Tanggung jawab	Menyelesaikan tugas dengan baik	1–4

Kriteria:

- ❖ 4 = Sangat Baik
- ❖ 3 = Baik
- ❖ 2 = Cukup
- ❖ 1 = Kurang

C. Penilaian Pengetahuan

Bentuk: Tes tertulis (uraian singkat)

soal:

1. Jelaskan cara menendang bola dengan kaki bagian dalam!
2. Bagaimana cara menghentikan bola dengan baik?

Skor:

- ❖ Jawaban lengkap dan benar = 4
- ❖ Jawaban cukup benar = 3
- ❖ Jawaban kurang tepat = 2
- ❖ Tidak menjawab = 1

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD Kelas IV*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Buku Siswa PJOK SD Kelas IV*. Jakarta: Kemendikbudristek.
- Widiastuti. (2019). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sucipto. (2018). *Permainan Sepak Bola*. Bandung: UPI Press.