**KOMPETENSI INTI DAN KOMPETENSI DASAR**

**SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN/MADRASAH ALIYAH KEJURUAN**

Bidang Keahlian : Semua Bidang Keahlian

Program Keahlian : Semua Program Keahlian

Kompetensi Keahlian : Semua Kompetensi Keahlian

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Tujuan kurikulum mencakup empat aspek kompetensi, yaitu (1) aspek kompetensi sikap spiritual, (2) sikap sosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Aspek-aspek kompetensi tersebut dicapai melalui proses pembelajaran intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler.

Rumusan kompetensi sikap spiritual yaitu, “Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya”. Sedangkan rumusan kompetensi sikap sosial yaitu, “Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), bertanggung-jawab, responsif, dan proaktif melalui keteladanan, pemberian nasihat, penguatan, pembiasaan, dan pengkondisian secara berkesinambungan serta menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia”. Kedua kompetensi tersebut dicapai melalui pembelajaran tidak langsung (*indirect teaching*) yaitu keteladanan, pembiasaan, dan budaya sekolah, dengan memperhatikan karakteristik mata pelajaran serta kebutuhan dan kondisi peserta didik.

Penumbuhan dan pengembangan kompetensi sikap dilakukan sepanjang proses pembelajaran berlangsung, dan dapat digunakan sebagai pertimbangan guru dalam mengembangkan karakter peserta didik lebih lanjut.

| **KOMPETENSI INTI 3****(PENGETAHUAN)** | **KOMPETENSI INTI 4****(KETERAMPILAN)** |
| --- | --- |
| 1. **Memahami, menerapkan, menganalisis,** dan **mengevaluasi** tentang **pengetahuan faktual, konseptual, operasional dasar**, dan **metakognitif** sesuai dengan bidang dan lingkup kajian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada tingkat teknis, spesifik, detil, dan kompleks, berkenaan dengan ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dalam konteks pengembangan potensi diri sebagai bagian dari keluarga, sekolah, dunia kerja, warga masyarakat nasional, regional, dan internasional.
 | 1. Melaksanakan tugas spesifik dengan menggunakan alat, informasi, dan prosedur kerja yang lazim dilakukan serta memecahkan masalah sesuai dengan bidang kajian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan KesehatanMenampilkan kinerja di bawah bimbingan dengan mutu dan kuantitas yang terukur sesuai dengan standar kompetensi kerja.

Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara efektif, kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, komunikatif, dan solutif dalam ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.Menunjukkan keterampilan mempersepsi, kesiapan, meniru, membiasakan, gerak mahir, menjadikan gerak alami dalam ranah konkret terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung. |

| **KOMPETENSI DASAR** | **KOMPETENSI DASAR** | **ALOKASI****WAKTU** |
| --- | --- | --- |
| 1. Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
 | 1. Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
 | 12  |
| 1. Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak
 | 1. Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak
 | 10  |
| 1. Menerapkan salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 1. Mempraktikan salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 8  |
| 1. Menerapkan salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 1. Mempraktikan salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 8  |
| 1. Menerapkan latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
 | 1. Mempraktikan latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
 | 8  |
| 1. Menerapkan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 1. Mempraktikan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam lantai untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 6  |
| 1. Menerapkan keterampilan gerak rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 1. Mempraktikan hasil analisis gerakan rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 6 |
| 1. Menerapkan keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air\*
 | 1. Mempraktikan keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air\*
 | 8  |
| 1. Memahami cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
 | 1. Mempresentasikan cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
 | 6  |
| 1. Menganalisis teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
 | 1. Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
 | 12  |
| 1. Menganalisis teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak
 | 1. Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak
 | 10  |
| 1. Menganalisis salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 1. Mempraktikan salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 8  |
| 1. Menganalisis salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 1. Mempraktikan salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif
 | 8  |
| 1. Menganalisis latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
 | 1. Mempraktikan latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
 | 8  |
| 1. Menganalisis keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 1. Mempraktikan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 6  |
| 1. Menerapkan keterampilan gerak rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 1. Mempraktikan hasil analisis gerakan rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik
 | 6 |
| 1. Menganalisis keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air\*
 | 1. Mempraktikan keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air\*
 | 8  |
| 1. Menganalisis permasalahan cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
 | 1. Mempresentasikan permasalahan cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
 | 6  |
| **Jumlah** | **144 JP** |

 Malang, 28 Februari 2017

**TIM PENYUSUN :**

1. Drs. Erwin Sambas, M.M.Pd. .........................................
2. R. Johan M, S.Pd. .........................................

Mengetahui :

Fasilitator,

Nini Nelayani, M.Pd. Drs. Djandji Purwanto, M.Pd.

NOTE :

1. Pada KD 3.9 semula KKO membiasakan dirubah menjadi KKO memahami

1. Pada KD 3.18 semula KKO mengevaluasi dirubah menjadi KKO menganalisis