

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Palumbonsari I
Kelas / Semester : III/2 (Genap)
Tema : Aktivitas Pengembangan Pola Gerak Dasar Lokomotor
Sub Tema : Pola Gerak Jalan, Lari, dan Lompat.
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : (3 x 35 menit) 1 x Pertemuan

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Siswa dapat memahami pola gerak jalan, lari, dan lompat.
- Siswa dapat mempraktikkan pola gerak jalan, lari, dan lompat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Pendahuluan (15 menit)

- Guru memberi instruksi kepada seluruh siswa untuk berbaris di lapangan dan berdoa bersama sebelum memulai kegiatan pembelajaran.
- Guru memeriksa kehadiran siswa.
- Guru memberikan pemanasan kepada siswa sebelum memulai materi. Pemanasan tersebut menggunakan lagu dan gerakan yang akan dipimpin oleh guru dan diikuti oleh seluruh siswa.

Inti (75 menit)

- - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang pertama yaitu Pola Gerak Jalan dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak jalan seperti jalan di tempat dengan ujung kaki sambil mengangkat lutut dan jalan dengan ujung kaki ke depan kemudian lari pelan.
 - Siswa mengikuti guru melakukan pola gerak jalan.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak jalan dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan pola gerak jalan secara mandiri.
- - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang kedua yaitu Pola Gerak Lari dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak lari seperti lari *zig-zag* dan lari di tempat dengan ujung kaki dengan media corong atau pembatas.
 - Siswa mengikuti pola gerak lari yang dicontohkan oleh guru.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak lari tersebut dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan Pola Gerak lari secara mandiri.
- - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang ketiga yaitu Pola Gerak Lompat dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak lompat di tempat dan lompat kelinci dengan media simpai.
 - Siswa mengikuti pola gerak lompat yang dicontohkan oleh guru.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak lompat tersebut dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan pola gerak lompat secara mandiri.
 - Setelah tugas gerak selesai dilakukan, Guru memberi instruksi kepada siswa untuk berkumpul dan melakukan pendinginan yang akan dipimpin oleh guru.

Penutup (15 menit)

- Guru mengajak siswa untuk menyimpulkan seluruh aktivitas gerak yang telah dilakukan lalu guru memberikan umpan balik kepada siswa.
- Guru memberikan instruksi kepada siswa untuk berdoa bersama sebelum menutup kegiatan pembelajaran.

Media= Peluit, corong atau pembatas, dan simpai.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

A. Pertemuan 1

1. Lembar Penilaian

No	Nama siswa	Penilaian		Jumlah skor	Nilai
		Aspek yang diamati	Pengetahuan		

Catatan: Nilai = $\frac{\text{jumlah skor}}{2}$

*Siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka akan diadakan remedial.

Keterangan:

Aspek	Kriteria	Skor
Kerja keras	▪ Mengerjakan tugas yang diberikan tanpa hambatan.	4
	▪ Mengerjakan tugas yang diberikan dengan sedikit hambatan.	3
	▪ Mengerjakan tugas yang diberikan dengan banyak hambatan.	2
	▪ Tidak mengerjakan tugas yang diberikan.	1
Tanggung jawab	▪ Menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik.	4
	▪ Menyelesaikan tugas yang diberikan dengan cukup baik.	3
	▪ Menyelesaikan tugas yang diberikan namun kurang baik.	2
	▪ Tidak menyelesaikan tugas yang diberikan.	1

Penilaian = $\frac{\text{total jumlah skor} \times 100}{8}$

Keterangan Penilaian Pengetahuan:

Aspek	Kriteria	Skor
▪ Mempraktikan pola gerak jalan.	- Baik dalam mempraktikan pola gerak jalan.	4
	- Cukup baik dalam mempraktikan pola gerak jalan.	3
	- Kurang baik dalam mempraktikan pola gerak jalan.	2
	- Tidak baik dalam mempraktikan pola gerak jalan.	1
▪ Mempraktikan pola gerak lari.	- Baik dalam mempraktikan pola gerak lari.	4
	- Cukup baik dalam mempraktikan pola gerak lari.	3
	- Kurang baik dalam mempraktikan pola gerak lari.	2
	- Tidak baik dalam mempraktikan pola gerak lari.	1
▪ Mempraktikan pola gerak lompat.	- Baik dalam mempraktikan pola gerak lompat.	4
	- Cukup baik dalam mempraktikan pola gerak lompat.	3
	- Kurang baik dalam mempraktikan pola gerak lompat.	2
	- Tidak baik dalam mempraktikan pola gerak lompat.	1

Penilaian = $\frac{\text{total jumlah skor} \times 100}{12}$

Karawang, 11 April 2021

Praktikan

Mamah