

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

( Buku siswa hal. 00 )

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	1 (SATU) / I
Tema / Sub Tema	:	1. DIRIKU / 1
Materi Pokok	:	Gerak dasar lokomotor
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.1.1	Menjelaskan prosedur gerakan berjalan satu arah sesuai dengan konsep tubuh dan ruang dalam permainan sederhana
4.1	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.1.1	Mempraktikkan prosedur gerakan berjalan satu arah sesuai dengan konsep tubuh dan ruang dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan gerakan permainan sederhana, siswa dapat berjalan lurus ke satu arah dengan tepat
2. Dengan permainan sederhana, siswa dapat bekerjasama dengan teman
3. Dengan permainan sederhana, siswa dapat mengikuti aturan sebuah permainan

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 1. DIRIKU / 1)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan prosedur gerakan berjalan satu arah sesuai dengan konsep tubuh dan ruang dalam permainan sederhana → <b>Permainan jalan berpasangan sambil bergandengan tangan ( Buku siswa hal. 19 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 17 Juli 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	1 (SATU) / I
Tema / Sub Tema	:	1. DIRIKU / 2
Materi Pokok	:	Memahami bagian-bagian tubuh
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.8	Memahami bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	3.8.1	Menjelaskan bagian-bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain
4.8	Menceritakan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	4.8.1	Menceritakan guna bagian-bagian tubuh

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan berdiskusi siswa dapat bertukar informasi tentang bagian-bagian tubuh yg boleh dan tidak boleh disentuh
2. Dengan berkumpul bersama teman, siswa dapat menceritakan guna bagian-bagian tubuh
3. Dengan bermain, siswa dapat menunjukkan anggota tubuhnya

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 1. DIRIKU / 2)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdoa, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan bagian-bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain dan menceritakan guna bagian-bagian tubuh → <b>Permainan “Guru Berkata”, siswa dapat menunjukkan anggota tubuhnya ( Buku siswa hal. 48 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangany, 24 Juli 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ ) P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 1. DIRIKU / 3  
**Materi Pokok** : Menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.8	Memahami bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	3.8.2	Menjelaskan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh
4.8	Menceritakan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	4.8.2	Menceritakan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mendengarkan cerita tentang cara menjaga kebersihan tubuh, siswa dapat menjelaskan cara menjaga kebersihan rambut, badan, gigi, kuku, dan telinga dengan runtun
2. Dengan menyimak cara menjaga kebersihan pakaian, siswa dapat menjelaskan cara menjaga kebersihan pakaian saat sedang dipakai dan setelah dipakai dengan tepat

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 1. DIRIKU / 3)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh dan menceritakan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh → <b>Menjelaskan cara menjaga kebersihan pakaian ( Buku siswa hal. 98 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 07 Agustus 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 1. DIRIKU / 4  
**Materi Pokok** : Menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.4	Memahami menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional	3.4.1	Menjelaskan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang
4.4	Mempraktikkan sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional	4.4.1	Mempraktikkan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang melalui permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan guru, siswa dapat mengidentifikasi sikap berjalan lentur dan seimbang
2. Dengan melewati balok keseimbangan (dimodifikasi sesuai yang ada di rumah), siswa dapat mempraktikkan sikap berjalan lentur dan seimbang dengan tepat dan percaya diri

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 1. DIRIKU / 4)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang melalui permainan sederhana → <b>Bermain balok keseimbangan (dimodifikasi sesuai yang ada di rumah) Buku siswa hal. 124</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 14 Agustus 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 2. KEGEMARANKU / 1  
**Materi Pokok** : Gerak dasar non-lokomotor  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.2	Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.2.1	Menjelaskan prosedur gerakan menekuk tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana
4.2	Mempraktikkan gerak dasar nonlokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.2.1	Mempraktikkan prosedur gerakan menekuk tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh dan ruang dalam permainan sederhana
KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan menekuk dengan tepat
2. Dengan menyimak petunjuk guru, siswa dapat mempraktikkan gerakan pemanasan dengan tepat

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 2. KEGEMARANKU / 1)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan prosedur gerakan menekuk tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh dan ruang dalam permainan sederhana → <b>Mempraktikkan gerakan pemanasan dengan benar ( Buku siswa hal. 14 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 04 September 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ ) P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 2. KEGEMARANKU / 2  
**Materi Pokok** : Gerak dasar non-lokomotor  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.2	Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.2.2	Menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat
4.2	Mempraktikkan gerak dasar nonlokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.2.2	Mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak cerita yang dibacakan oleh guru, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan dengan tepat
2. Dengan kegiatan meliukkan tubuh sambil bernyanyi, siswa dapat mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan dengan tepat dan percaya diri

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 2. KEGEMARANKU / 2)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dalam permainan sederhana → <b>Mempraktikkan gerakan meliukkan badan ( Buku siswa hal. 82 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 11 September 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 2. KEGEMARANKU / 3 DAN 4  
**Materi Pokok** : Gerak dasar non-lokomotor  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.2	Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.2.3	Menjelaskan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat
		3.2.4	Menjelaskan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat
4.2	Mempraktikkan gerak dasar nonlokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.2.3	Mempraktikkan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat
		4.2.4	Mempraktikkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat dalam

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak petunjuk guru, siswa siswa mampu menjelaskan prosedur gerakan menarik dan mendorong melalui permainan sederhana dengan benar
2. Dengan arahan dari guru, siswa mampu mempraktikkan prosedur gerakan menarik dan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana dengan percaya diri

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 2. KEGEMARANKU / 3 DAN 4)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat dan mempraktikkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat dalam permainan sederhana → <b>Permainan menarik sambil duduk terlunjur ( Buku siswa hal. 115 dan hal. 169 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 18 September 2020  
Guru PJOK

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 3. KEGIATANKU / 1  
**Materi Pokok** : Gerak dasar manipulatif  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.3	Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.3.1	Menjelaskan prosedur gerak melempar sesuai dengan konsep tubuh
4.3	Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.3.1	Mempraktikkan prosedur gerakan melempar dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan dari guru, siswa mampu menunjukkan gerakan melempar dengan tepat
2. Dengan arahan dari guru, siswa mampu melakukan gerakan melempar dengan tepat
3. Dengan arahan dari guru, siswa mampu melakukan gerakan memukul dengan tepat

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 3. KEGIATANKU / 1)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa</li> <li>→ Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan</li> </ul>
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua</li> <li>→ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami</li> <li>→ Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan prosedur gerak melempar sesuai dengan konsep tubuh dan mempraktikkan prosedur gerakan melempar dalam permainan sederhana</li> <li>→ <b>Bermain lempar tangkap bola kasti ( Buku siswa hal. 12 )</b></li> </ul>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah</li> <li>→ Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam</li> </ul>

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 09 Oktober 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ ) P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 3. KEGIATANKU / 2  
**Materi Pokok** : Gerak dasar manipulatif  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.3	Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.3.2	Menjelaskan prosedur gerak menendang sesuai dengan konsep tubuh
4.3	Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.3.2	Mempraktikkan gerakan menendang sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan guru siswa mampu mengidentifikasi gerak menendang sebagai bagian dari gerak manipulatif dengan tepat
2. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan menendang dengan tepat
3. Melalui permainan siswa mampu mempraktikkan gerakan menendang dengan tepat

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 3. KEGIATANKU / 2)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan prosedur gerak menendang sesuai dengan konsep tubuh dan mempraktikkan gerakan menendang sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana → <b>Bermain Kucing-Kucingan dengan menendang bola ( Buku siswa hal. 50 dan hal. 50 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 16 Oktober 2020  
Guru PJOK

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 3. KEGIATANKU / 3 DAN 4  
**Materi Pokok** : Gerak dasar manipulatif  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.3	Memahami pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.3.3	Menjelaskan prosedur gerak menangkap sesuai dengan konsep tubuh
		3.3.4	Menjelaskan prosedur gerak memantulkan sesuai dengan konsep tubuh
4.3	Mempraktikkan pola gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.3.3	Mempraktikkan gerakan menangkap dalam permainan sederhana
		4.3.4	Mempraktikkan gerakan memantulkan dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan dan contoh yang diberikan guru siswa mampu menunjukkan prosedur gerakan menangkap dengan tepat
2. Melalui kegiatan praktik siswa mampu melakukan gerakan menangkap dalam permainan sederhana
3. Melalui permainan siswa mampu mempraktikkan gerakan memantulkan dalam permainan sederhana

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 3. KEGIATANKU / 3 DAN 4)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan gerakan menangkap dalam permainan sederhana dan mempraktikkan gerakan memantulkan dalam permainan sederhana → <b>Bermain jugling (memantulkan) bola ( Buku siswa hal. 119 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 23 Oktober 2020  
Guru PJOK

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 4. KELUARGAKU / 1 DAN 2  
**Materi Pokok** : Gerak dasar lokomotor lanjutan  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.1.2	Menjelaskan prosedur gerakan berlari sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana
4.1	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.1.2	Mempraktikkan gerakan berlari sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan guru, siswa mampu menjelaskan prosedur gerakan berlari satu arah dengan percaya diri
2. Dengan contoh yg diberikan guru, siswa mampu mempraktikkan gerakan berlari satu arah dg percaya diri
3. Melalui permainan ayam dan elang, siswa mampu mempraktikkan prosedur gerakan berlari

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 4. KELUARGAKU / 1 DAN 2)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan gerakan berlari sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana dan mempraktikkan gerakan melompat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana → <b>Mempraktikkan permainan ayam dan elang ( Buku siswa hal. 55 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 13 Nopember 2020  
Guru PJOK

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH ( RPPJJ )

## P J O K

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : 1 (SATU) / I  
**Tema / Sub Tema** : 4. KELUARGAKU / 3 DAN 4  
**Materi Pokok** : Gerak dasar lokomotor lanjutan  
**Alokasi Waktu** : 1 X Pertemuan ( 4 X 35 menit )

### KOMPETENSI INTI (KI)

KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.1.3	Menjelaskan prosedur gerakan melompat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana
4.1	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.1.3	Mempraktikkan gerakan melompat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan yang diberikan guru, siswa mampu menjelaskan prosedur gerakan melompat satu arah dengan benar
2. Dengan melakukan lompat kelompok, siswa mampu mempraktikkan gerakan melompat dengan dengan baik
3. Dengan melihat contoh dari guru, siswa dapat bermain lompat tali dengan baik

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 1 (Tema / ST: 4. KELUARGAKU / 3 DAN 4)

### C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u></b>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<b><u>KEGIATAN INTI</u></b>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan prosedur gerakan melompat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan sederhana dan mempraktikkan gerakan melompat sesuai dengan konsep tubuh dalam permainan → <b>Mempraktikkan permainan lompat tali ( Buku siswa hal. 95 )</b>
<b><u>KEGIATAN PENUTUP</u></b>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

### D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 20 Nopember 2020  
Guru PJOK

**SUTIKNO, S.Pd.M.Pd**  
NIP. 19601010 198201 1 026

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003