

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

Satuan Pendidikan : SDN TEGALSARI III
Kelas / Semester : 5 / 2
Pelajaran : 6
Tema : Pola Gerak Dominan Senam Menggunakan Alat
Sub Tema : Gerakan Bertumpu
Pertemuan : 1
Alokasi waktu : 2 x 35 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, tetangga serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
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.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan: PJOK

No	Kompetensi	IPndikator
3.6	Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/loko-motor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.	3.6.1 Menyebutkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat dengan tepat. 3.6.2 Menjelaskan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat dengan tepat.
4.6	Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.	4.6.1 Berlatih melakukan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat dengan tepat. 4.6.2 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat dengan tepat.

C. TUJUAN

Tujuan pembelajaran dikembangkan dari indikator capaian kompetensi. Tujuan pembelajaran mengandung prinsip *Audience, Behavior, Condition* dan *Degree* (A, B, C, D) yang disesuaikan dengan kondisi, minimal A, B, C.

- a. Dengan berdiskusi, peserta didik mampu menjelaskan kombinasi pola gerak dominan senam menggunakan alat seperti melompat, menggantung, mengayun, meniti, dan mendarat.
- b. Dengan membaca, peserta didik mampu mendeskripsikan kombinasi gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat.
- c. Melalui pengamatan, peserta didik mampu mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan senam menggunakan alat seperti melompat, menggantung, mengayun, meniti, dan mendarat.
- d. Melalui pengamatan, peserta didik mampu mempraktikkan kombiniasi gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat.

Nilai Karakter

- Religius
- Mandiri
- Gotong royong
- Kejujuran
- Kerja keras
- Percaya diri
- Kerjasama

D. MATERI

Gerakan bertumpu dalam senam menggunakan alat (Gerak berjalan, melompat, mengayun di atas mistar).

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific dengan prinsip TPACK*
Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*
 Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. MEDIA, ALAT DAN SUMBER PEMBELAJARAN

1. Media
 - a. Android
 - b. Laptop
 - c. Video/slide/gambar tentang kombinasi gerak berjalan, menekuk dan mengayun
2. Alat/bahan
 - a. bambu
3. Sumber Belajar
 - a. eBuku pegangan Guru kelas 5 Tema 6 revisi 2019
 - b. eBuku pegangan Guru kelas 5 Tema 6 revisi 2019
 - c. Youtube

1. Internet
2. Media pembelajaran SD/MI untuk kelas 5
3. Video/slide dari media Pengajaran guru

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<p>Waktu Kegiatan pembelajaran PJOK SD per minggu tertuang dalam lampiran Permendikbud 67 tahun 2013 tentang Kerangka dasar dan Struktur Kurikulum SD/MI. Pembahasan pada Pelajaran VI memerlukan waktu 8 jam pelajaran. Adapun alokasi waktu untuk setiap pertemuan adalah 2 jam pelajaran (2 × 35 menit).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyapa siswa dengan rekaman video dan memandu siswa untuk mengawali pembelajaran dengan berdoa. (Religius dan Integritas) 2. Guru bertanya apakah hari ini sudah membantu orang tua, beribadah dan berdo'a. (Karakter dan Life Skills). 3. Guru menanyakan dan memotivasi siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran hari ini. (Pengalaman belajar dan Variasi Aktivitas) 4. Guru melakukan presensi kehadiran dan mengidentifikasi kondisi fisik siswa. 5. Guru menanyakan kabar siswa setelah libur semester. Guru mengajak peserta didik mengingat sekilas materi yang diujikan pada Ulangan Semester I. Guru dan siswa berdiskusi tentang kendala yang dialami pada semester sebelumnya. 6. Guru Memberi gambaran tentang manfaat pembelajaran hari ini. 7. Guru melakukan share materi ke grup kelas dan memberikan tugas pembelajaran hari ini. 	10 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati Melalui Aplikasi google meet</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang gerakan latihan daya tahan jantung dan paru dalam aktivitas kebugaran jasmani. (Mandiri) 2. Siswa mengamati gambar seorang anak sedang melompati peti lompat pada <i>ebook</i> siswa. Siswa tanya jawab terkait aktivitas tersebut untuk menguji kedalaman pengetahuan konseptual siswa. 3. Siswa diarahkan membaca materi gerak dominan senam ketangkasan (<i>ebook</i> siswa halaman 125). 4. Siswa mendeskripsikan gerak dasar senam ketangkasan. Siswa mengerjakan Kegiatan: Ayo, Mengamati Gambar! pada <i>ebook</i> siswa halaman 125. Pada pembelajaran ini guru menerapkan model pembelajaran inkuiri. 5. Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai senam ketangkasan. Siswa dapat menanya jika ada penjelasan yang kurang dipahami. Siswa membaca materi gerak dominan senam ketangkasan (<i>ebook</i> siswa halaman 125). 6. Guru menjelaskan alur kegiatan praktek 7. Siswa akan mempraktikkan gerak dominan senam ketangkasan. Langkah-langkah pelaksanaan sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> a) Siswa dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pengamat dan kelompok pelaku. Kedua kelompok juga akan bertukar peran dalam pembelajaran. Siswa mendengarkan penjelasan guru terkait gerak dominan senam ketangkasan. b) Guru memberikan contoh peragaan gerak berlari dan melompat melalui tayangan vidio. siswa mengamati peragaan dari vidio secara cermat. Setelah selesai kegiatan tatap muka melalui aplikasi google meet kemudian siswa mempraktikkan gerak berjalan dan melompat seperti petunjuk Ayo, Lakukan! (buku siswa halaman 126) dengan 	50 menit

Ket :
 BS : Baik Sekali
 PB : Perlu Bimbingan

2. Penilaian Keterampilan

Melakukan sikap bertumpu dalam senam menggunakan alat

Kriteria	Sangat Baik (86-100)	Baik (71-85)	Cukup (61-70)	Perlu Bimbingan (≤ 60)

I. Remedial dan Pengayaan

1. Remedial

Dari hasil evaluasi kegiatan penilaian harian, bagi siswa yang belum memahami materi secara baik diberikan proses ulasan dan pengulangan sehingga memiliki keterampilan dan pemahaman yang sesuai.

2. Pengayaan

Apabila masih tersisa waktu, guru membahas kembali materi hari untuk menambah wawasan dan pemahaman siswa.

J. SUMBER DAN MEDIA

- Internet
- Media pembelajaran SD/MI untuk kelas 5
- Video/slide dari media Pengajaran guru

Catatan Guru

- Masalah :.....
- Ide Baru :.....
- Momen Spesial :.....

Mengetahui
 Kepala Sekolah,

.....,,
 Guru PJOK Kelas 5 ,

.....
 NIP.

.....
 NIP.....