

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SDN Jagakarsa 05 Pagi
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester : I (Satu) / Ganjil
Materi Pokok : Gerak Dasar Non Lokomotor (Gerakan Mendorong)
Alokasi Waktu : 1 x 35 menit (1 x Pertemuan)

	KD 3	KD 4
Tujuan Pembelajaran : 1. Melalui pengamatan slide power point Peserta didik dapat menyebutkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan lebih baik. 2. Melalui pengamatan gerak Peserta didik dapat Membandingkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan benar. 3. Melalui permainan “Mendorong Tembok”, Peserta didik dapat mempraktikkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional, dengan benar.	3.2 Memahami gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.2 Mempraktikkan gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
	IPK 3	IPK 4
	3.2.1 Menyebutkan prosedur Gerakan mendorong dalam permainan sederhana. (C1) 3.2.2 Membandingkan Gerakan mendorong dalam permainan sederhana. (C4)	4.2.1 Mempraktikkan gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana. (P2)

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran	
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> ● Model: <i>Saintifik Project Based Learning</i> ● Metode: Daring, Demonstrasi, Diskusi, Tanya jawab, Daring ● Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> • Laptop • Handpond Android • Internet • Video Pembelajaran • Power Point • LKPD • <i>Whats App Group</i> • <i>Zoom Meet</i> • <i>Google Form</i> • Alat yang ada di sekitar rumah ● Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> • Buku Siswa kelas 1 edisi revisi th.2018, Kemendikbud • Buku Huru kelas 1 edisi revisi th. 2018, Kemendikbud • Internet • Lingkungan sekitar • Sumber lain yang releavan ● Produk: <ul style="list-style-type: none"> • Video Tugas Gerak Siswa • Lembar kerja peserta didik (<i>Google Form</i>) ● Deskripsi: <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mampu Menyebutkan dan Membandingkan prosedur gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana dengan baik • Peserta didik mampu mempraktikkan gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana dengan baik.. 	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)</p> <p>Orientasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan guru masuk ruang zoom meeting/grup Whatsapp. (Integrasi ICT, TPACK) • Peserta didik dan guru saling mengucapkan salam. • Salah satu peserta didik yang masuk room paling awal memimpin doa sebelum pelajaran dimulai. (<i>kedisiplinan dan religiusitas-PPK</i>) • Peserta didik mengecek kebersihan ruangan dan kerapihan tempat belajarnya masing- masing dengan bimbingan guru. • Peserta didik mengecek kehadiran teman dengan bimbingan dari guru. • Menyanyikan lagu Wajib Nasional “Padamu Negri” <p>Apersepsi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menerima aperspsi yang diberikan oleh guru melalui game • Setelah peserta didik menebak, tunjukkan hal yag tepat kepada peserta didik • Peserta didik menjawab pertanyaan guru tentang gerkan dan contoh dari gerak non lokomotor. Peserta didik mengemukakan pendapatnya. (Critical thinking & Communication- 4C) • Guru mengaitkan materi pembelajaran dengan pengalaman peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. <p>Motivasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyimak penjelasan guru tentang tujuan/kompetensi pembelajaran yang akan dicapai. • Peserta didik menyimak penjelasan guru tentang gerak non lokomotor mendorong dalam permainan sederhana <p>2. Kegiatan Inti (20 menit)</p> <p style="text-align: center;"><i>Pengenalan Masalah</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru menampilkan sebuah permasalahan melalui slide power point dalam gerakan mendorong. (Saintifik-Mengamati, TPACK) • Guru menayangkan video tentang gerakan mendorong. (Saintifik-Mengamati, TPACK) • Peserta didik secara individu mengamati dan memahami masalah yang disampaikan guru melalui slide power point dan video mengenai kesalahan dalam mendorong. (Saintifik-Mengumpulkan Informasi). <p style="text-align: center;"><i>Penyusunan Rancangan Project</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan video dan gambar yang disajikan mengenai kesalahan dalam Gerakan mendorong. (saintifik-Menanya) • Peserta didik berdiskusi dengan guru dan teman yang lain untuk Menyusun rancangan produk dalam Gerakan mendorong. (Saintifik- Mengkomunikasikan) <p style="text-align: center;"><i>Penyusunan Rancangan Kerja</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyimak penjelasan langkah kerja yang akan ditempuh peserta didik dalam membandingkan gerakan mendorong. <p style="text-align: center;"><i>Pelaksanaan dan Monitoring Project</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru dan peserta didik mempraktikkan Gerakan mendorong melalui permainan “Mendorong Tembok” Diawali dengan pemanasan terlebih dahulu. • Peserta didik mencoba melakukan praktek Gerakan mendorong dimulai dengan pemanasan kegiatan inti dan kegiatan pendinginan (Saintifik-Mencoba). <p style="text-align: center;"><i>Pengujian Hasil</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membagikan LKPD kepada peserta didik. kegiatan pada LKPD sudah mencakup keterpaduan materi. <p style="text-align: center;"><i>Evaluasi dan Refleksi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengevaluasi gerak dasar mendorong • Guru bersama peserta didik menyimpulkan pembelajaran pada hari ini

	3. Kegiatan Penutup (5 menit) <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan guru merefleksi pembelajaran yang telah dilakukan. (HOTS) • Peserta didik dibimbing guru untuk menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan. (Critical thinking & Communication-4C, HOTS) • Guru memberikan tugas kepada peserta didik melakukan gerakan mendorong pada permainan “Mendorong Tembok” kemudian mengerjakan soal pengetahuan melalui google form (integrasi ICT) • Peserta didik bersama guru berdoa bersama untuk mengakhiri kegiatan. (PPK-Religiusitas) • Peserta didik dan guru meninggalkan Zoommeet. (integrasi ICT) 	
Asesmen:		
a. Sikap : Observasi		
b. Pengetahuan : Tes Tulis atau Penugasan (Google Form)		
c. Keterampilan : Tes Praktik/ Video Tugas Gerak		
Tagihan 1/MG 1 Kombinasi gerak dasar non lokomotor Gerakan mendorong pada permainan sederhana “Mendorong Tembok”	Pengetahuan	Keterampilan
	LKPD/ Google Form	Tugas Gerak
	1. Uraikan tahapan gerakan mendorong dalam permainan sederhana “Mendorong tembok dengan benar!”	1. Buatlah video praktek gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana “Mendorong Tembok” dengan penuh percaya diri!

Mengetahui
Kepala SDN Jagakarsa 05 Pagi

Jakarta, September 2021

Guru Mata Pelajaran

Hj. Sarimah, S.Pd
NIP. 196310111985032004

Syamsul Rijal, S.Pd
NIP. 199202262020121015

PENILAIAN SIKAP

1) Observasi

Petunjuk :

Lembar ini diisi oleh guru untuk menilai sikap peserta didik selama mengikuti pembelajaran, berilah tanda ceklis (v) pada kolom skor.

Lembar Pengamatan Peserta Didik

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Tanggal pengamatan :

Materi pokok :

No	Sikap yang dinilai	Skor			
		selalu	jarang	kurang	Tidak
		25	20	15	0
1	Peserta didik melakukan kegiatan berdoa ketika akan memulai dan mengakhiri pembelajaran (Spiritual)				
2	Peserta didik selalu mengaktifkan kamera. Mengenakan seragam olahraga. Mengikuti seluruh proses pembelajaran (Disiplin)				
3	Peserta didik bersemangat dalam melakukan gerakan. Berani berpendapat, bertanya dan menjawab pertanyaan. Tidak mudah putus asa/pantang menyerah. (Percaya Diri)				
4	Peserta didik menyiapkan media pembelajaran. Mengumpulkan tugas. Memperhatikan materi yang disampaikan. (Tanggung Jawab)				
Jumlah skor					
Perolehan nilai (jumlah keseluruhan 100)					

Indikator Penilaian

Spiritual

- Mengucapkan salam ketika memasuki aplikasi zoom
- Berdoa di awal pembelajaran
- Berdoa di akhir pembelajaran

Disiplin

- Peserta didik selalu mengaktifkan kamera.
- Mengenakan seragam olahraga.
- Mengikuti seluruh proses pembelajaran

Percaya Diri

- Peserta didik bersemangat dalam melakukan gerakan
- Berani berpendapat, bertanya dan menjawab pertanyaan.
- Tidak mudah putus asa/ pantang menyerah.

Tanggung Jawab

- Peserta didik menyiapkan media pembelajaran.
- Mengumpulkan tugas.
- Memperhatikan materi yang disampaikan.

Kriteria Penilaian

Aspek keterampilan	Indikator Pencapaian Kompetensi	Nilai
1. Mendorong Satu Tangan	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Salah satu tangan menyentuh lawan Gerakan mendorong 	A. 3 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala B. 2 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala C. 1 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala
2. Mendorong Dua Tangan	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Kedua Tangan menyentuh tembok/lawan main Gerakan mendorong 	A. 3 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan B. 2 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan C. 1 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan
3. Permainan Mendorong tembok	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Kedua Tangan menyentuh tembok/lawan main Gerakan mendorong 	A. 3 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang B. 2 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang C. 1 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimum}} \times 100$$

Peringkat	Nilai
Amat Baik (A)	$90 < AB \leq 100$
Baik (B)	$80 < B \leq 89$
Cukup (C)	$70 < C \leq 79$
Kurang (D)	≤ 70

b. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

o	Kompetensi dasar	Materi	Indikator soal	Bentuk soal	Jumlah Soal
	3.2 Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	Kombinasi gerak dasar non-lokomotor Gerakan mendorong	Menyebutkan gerak dasar nonlokomotor dan bentuk-bentuk gerak dasar non-lokomotor dengan benar	Pilihan Ganda	5

1. Latihan Soal : <https://forms.gle/18X3s7nqi6qeGYQE6>
1. Apa yang dimaksud dengan gerak dasar Non – lokomotor ...
 - a. Gerak dengan berpindah tempat
 - b. [Bergerak tanpa berpindah tempat](#)
 - c. Bergerak dengan berpindah tempat lalu diam

 2. Yang termasuk bentuk gerak dasar non – lokomotor adalah ...
 - a. [Mendorong tembok](#)
 - b. Memutar lengan sambil berjalan
 - c. Berlari kemudian melompat

 3. Mendorong dengan kedua tangan, telapak tangan harus ...
 - a. [Mempel dengan tembok](#)
 - b. Mengepal dengan tembok
 - c. Dibuka lebar

 4. Udin sedang melakukan Gerakan mendorong tembok, bagaiman sikap kaki udin yang benar ...
 - a. Kaki lurus dirapatkan
 - b. [Kaki dibuka selebar bahu salah satu kaki ke belakang](#)
 - c. Kaki dibuka ke depan

 5. Posisi tangan pada saat mendorong adalah ...
 - a. Lurus di samping badan
 - b. [Lurus ke depan menempel dengan tembok](#)
 - c. Di samping badan

Pedoman Penskoran

	Rubrik	Skor
	siswa dapat menjawab dengan benar	1
	siswa menjawab dengan salah	0
	skor maksimum	5

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimum}} \times 100$$

Kisi-kisi tes Tertulis / Uraian / Essay

No	Kompetensi dasar	materi	Indicator soal	Bentuk soal	Jumlah soal
1.	3.2 Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan	Kombinasi gerak dasar non lokomotor Gerakan	Menyebutkan dan Membandingkan	uraian	5

	keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	mendorong		
--	---	-----------	--	--

NO	Soal	Jawaban
1	Apa yang dimaksud kombinasi gerak dasar non lokomotor?	
2	Sebutkan latihan gerak dasar non lokomotor?	
3	Bagaimana posisi kaki ketika mendorong dua tangan!	
4	Tuliskan urutan Gerakan mendorong yang kamu ketahui!	
5	Menurutmu gerakan mana yang paling sulit? Berikan alasannya!	

Pedoman Penilaian Soal Uraian

No Soal	Rubrik	Skor
1	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban dengan uraian lengkap	5
2	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban dengan uraian lengkap tapi tidak berurutan	4
3	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban kurang lengkap	3
4	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban singkat dan kurang lengkap	2
5	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban tetapi salah	1
	Skor Maksimum	5

2. Remedial

Pembelajaran remedial dilakukan apabila nilai peserta didik kurang dari KKM=70. Remedial berlaku bagi peserta didik yang belum mencapai ketuntasan belajar sesuai hasil analisis penilaian atau analisis kesulitan belajar. Untuk itu, perlu dicari penyebab mengapa peserta didik tersebut tidak mencapai kompetensi sebagaimana termuat dalam capaian pembelajarannya. Adapun bentuk kegiatan pembelajaran remedial antara lain pembelajaran ulang, bimbingan perorangan, belajar kelompok, dan pemanfaatan tutor sebaya. Guru membimbing peserta didik dengan Menyebutkan materi yang belum dipahami peserta didik kemudian peserta didik mengerjakan soal evaluasi kembali

No	Siswa	Target KI	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

2. Pengayaan

Pengayaan pembelajaran dilakukan apabila nilai peserta didik lebih dari atau sama dengan KKM=70. Jika ada waktu, guru memberikan pengayaan pada peserta didik. Berdasarkan hasil analisis penilaian, peserta didik yang sudah mencapai ketuntasan belajar diberi kegiatan pembelajaran pengayaan untuk perluasan dan atau pendalaman materi (kompetensi).

No	Siswa	Target KI	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
4										
5										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

Mengetahui
Kepala SDN Jagakarsa 05 Pagi

Hj. Sarimah, S.Pd
NIP. 196310111985032004

Jakarta, September 2021

Guru Mata Pelajaran

Syamsul Rijal, S.Pd
NIP. 199202262020121015

MATERI AJAR
KOMBINASI GERAK DASAR NON LOKOMOTOR
GERAKAN MENDORONG

A. KOMPETENSI DASAR

- 3.2 Memahami gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
- 4.2 Mempraktikkan gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

B. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 3.1.1 Menyebutkan prosedur Gerakan mendorong dalam permainan sederhana.
- 3.1.2 Membandingkan Gerakan mendorong dalam permainan sederhana.
- 4.1.1 Mempraktikkan gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Melalui pengamatan slide power point Peserta didik dapat menyebutkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan lebih baik.
- 2. Melalui pengamatan gerak Peserta didik dapat Membandingkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan benar.
- 3. Melalui permainan “Mendorong Tembok”, Peserta didik dapat mempraktikkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional, dengan benar.

D. MATERI

- 1. Kombinasi Gerak adalah gabungan dari beberapa gerak dasar.
- 2. Gerak dasar non lokomotor adalah Gerakan yang tidak berpindah tempat. Contoh gerak dasar non lokomotor adalah memutar, menekuk, mendorong, meliuk dll.
- 3. Variasi gerak dasar non lokomotor adalah gabungan gerak dari beberapa gerak dasar non lokomotor.
- 4. Gerakan Mendorong

Tujuan Gerakan mendorong adalah Gerakan yang bertujuan untuk melatih otot tangan, bahu dan kaki. Berikut beberapa variasi Gerakan mendorong

- a. Gerakan mendorong satu tangan

Langkah-langkah mendorong satu tangan yaitu :

- 1) Hadapkan badan ke tembok
- 2) Tempelkan satu telapak tangan lurus ke tembok
- 3) Badan condong ke depan dengan salah satu kaki berada di depan
- 4) Sikut tekuk sedikit
- 5) Hitungan ke tiga lakukan Gerakan mendorong
- 6) Lakukan berkali – kali

MENDORONG MENGGUNAKAN SATU TANGAN



b. Gerakan Gerakan mendorong dua tangan

Langkah-langkah melakukannya yaitu :

- 1) Hadapkan badan ke tembok
- 2) Tempelkan kedua telapak tangan lurus ke tembok
- 3) Badan condong ke dengan dengan salah satu kaki berada di depan
- 4) Sikut tekuk sedikit
- 5) Hitungan ke tiga lakukan Gerakan mendorong
- 6) Lakukan berulang kali

MENDORONG MENGGUNAKAN DUA TANGAN



c. Gerakan mendorong tembok

Langkah-langkah melakukannya yaitu :

- 1) Berdiri di depan tembok
- 2) Tempelkan kedua telapak tangan pada bagian tembok
- 3) Letakkan salah satu kaki di depan pada saat melakukan herekan mendorong lutu sedikit ditekuk
- 4) Dorongkah tembok dengan sekuat tenaga
- 5) Lakukan berulang-ulang sesuai kemampuannmu.

MENDORONG TEMBOK



E. PENUTUP

1. Rangkuman

- a. Gerak dasar non lokomotor adalah Gerakan yang tidak berpindah tempat. Contoh gerak dasar non lokomotor adalah memutar, menekuk, meliuk mendorong dll.
- b. Mendorong adalah gerak dasar non lokomotor untuk melatih otot tangan, bahu dan kaki.
- c. Permainan mendorong tembok adalah permainan yang berguna untuk melatih otot tangan, bahu dan kaki.

2. Tes Formatif

1. Apa yang dimaksud dengan gerak dasar Non – lokomotor ...
 - a. Gerak dengan berpindah tempat
 - b. Bergerak tanpa berpindah tempat
 - c. Bergerak dengan berpindah tempat lalu diam

2. Yang termasuk bentuk gerak dasar non – lokomotor adalah ...
 - a. Mendorong tembok
 - b. Memutar lengan sambil berjalan
 - c. Berlari kemudian melompat

3. Mendorong dengan kedua tangan, telapak tangan harus ...
 - a. Mempel dengan tembok
 - b. Mengepal dengan tembok
 - c. Dibuka lebar


4. Udin sedang melakukan Gerakan mendorong tembok, bagaimana sikap kaki udin yang benar ...
 - a. Kaki lurus dirapatkan
 - b. Kaki dibuka selebar bahu salah satu kaki ke belakang
 - c. Kaki dibuka ke depan

5. Posisi tangan pada saat mendorong adalah ...
 - a. Lurus di samping badan
 - b. Lurus ke depan menempel dengan tembok
 - c. Di samping badan


6. Kunci Jawaban
 - 1) B
 - 2) A
 - 3) A
 - 4) B
 - 5) B

MEDIA PEMBELAJARAN

1. Media Pembelajaran yang digunakan sebagai berikut:

No	Media Pembelajaran	Jenis Media	Manfaat / Kegunaan
1	Whats App		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang pembelajaran terutama dalam komunikasi, pemberian materi dan penugasan pada situasi yang tidak memungkinkan penggunaan media pembelajaran daring lainnya dapat digunakan.
2.	Power point		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang pembelajaran dalam menampilkan materi
3.	Youtube		<ul style="list-style-type: none"> Media penyampaian materi dalam bentuk audio visual yang menarik dan dapat dipahami dengan baik oleh peserta didik.
4.	Zoom meeting		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang untuk berkomunikasi secara virtual/ tatap maya, penyampaian materi, penjelasan tugas, dsb
5.	Laptop		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang untuk kegiatan pembelajaran terutama dalam penayangan power point sebagai media ajar.
6.	Hanphone		<ul style="list-style-type: none"> Media komunikasi yang bisa digunakan di luar jam pembelajaran.
7.	Google Classroom		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang dalam kegiatan pembelajaran terutama dalam pengumpulan tugas.
8.	Aplikasi Google		<ul style="list-style-type: none"> Media penunjang dalam kegiatan pembelajaran terutama dalam pemberian tugas dan pemberian materi.

2. Alat pembelajaran yang digunakan sebagai berikut:

No	Alat Pembelajaran	Jenis Alat	Manfaat / Kegunaan
1.	Bola kecil/ bola modifikasi		<ul style="list-style-type: none">• Alat penunjang dalam melakukan gerakan mendorong.• Dapat menggunakan barang bekas lainnya yang terdapat di sekitar lingkungan rumah

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
PJOK KELAS 3 SD
KD. 3.2 - 4.2

Nama : _____
Kelas : _____
Sekolah : _____

A. KOMPETENSI DASAR

- 3.2 Memahami gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
- 4.2 mempraktikkan gerak dasar non- lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

B. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 3.1.1 Menyebutkan prosedur Gerakan mendorong dalam permainan sederhana.
- 3.1.2 Membandingkan Gerakan mendorong dalam permainan sederhana.
- 4.1.1 Mempraktikkan gerak dasar non lokomotor mendorong pada permainan sederhana.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Melalui pengamatan slide power point Peserta didik dapat menyebutkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan lebih baik.
- 2. Melalui pengamatan gerak Peserta didik dapat Membandingkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional, dengan benar.
- 3. Melalui permainan “Mendorong Tembok”, Peserta didik dapat mempraktikkan prosedur gerakan mendorong tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional, dengan benar.

A. PETUNJUK PENGISIAN

- 1. Lakukan aktivitas gerak yang dinstruksikan pada LKPD ini. Beri tanda (√) atau isi kolom setelah kamu melakukan aktiviatas belajar gerak.

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK



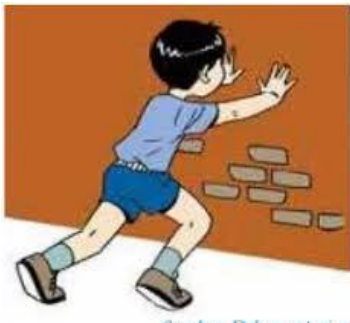
Nama :
 Kelas :

Mata Pelajaran :
 Materi :

1. Menganalisis Gerak Dasar Non-Lokomotor.

➤ Langkah-langkah Pembelajaran

- a. Simaklah Power Point pembelajaran yang telah di tampilkan oleh guru, tentang gerak mendorong.
- b. Lakukan daftar cheklis tentang Gerak Dasar Non-Lokomotor mendorong dalam Power Point yang ditampilkan apabila telah melakukan Gerakan tersebut!
- c. Tuliskan kesulitan kalian pada kolom di bawah ini!

Variasi Gerakan Mendorong	Daftar Cheklis (√)	Kesulitan Gerak
<p>a. Mendorong satu tangan</p> <div style="text-align: center;">  </div>		
<p>b. Mendorong dua tangan</p> <div style="text-align: center;">  </div>		
<p>c. Mendorong tembok</p> <div style="text-align: center;">  </div>		

EVALUASI PEMBELAJARAN
KOMBINASI GERAK DASAR NON LOKOMOTOR
GERAKAN MENDORONG

PENILAIAN SIKAP

1) Observasi

Petunjuk :

Lembar ini diisi oleh guru untuk menilai sikap peserta didik selama mengikuti pembelajaran, berilah tanda ceklis (v) pada kolom skor.

Lembar Pengamatan Peserta Didik

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Tanggal pengamatan :

Materi pokok :

No	Sikap yang dinilai	Skor			
		selalu	jarang	kurang	Tidak
		25	20	15	0
1	Peserta didik melakukan kegiatan berdoa ketika akan memulai dan mengakhiri pembelajaran (Spiritual)				
2	Peserta didik selalu mengaktifkan kamera. Mengenakan seragam olahraga. Mengikuti seluruh proses pembelajaran (Disiplin)				
3	Peserta didik bersemangat dalam melakukan gerakan. Berani berpendapat, bertanya dan menjawab pertanyaan. Tidak mudah putus asa/pantang menyerah. (Percaya Diri)				
4	Peserta didik menyiapkan media pembelajaran. Mengumpulkan tugas. Memperhatikan materi yang disampaikan. (Tanggung Jawab)				
Jumlah skor					
Perolehan nilai (jumlah keseluruhan 100)					

Indikator Penilaian

Spiritual

- Mengucapkan salam ketika memasuki aplikasi zoom
- Berdoa di awal pembelajaran
- Berdoa di akhir pembelajaran

Disiplin

- Peserta didik selalu mengaktifkan kamera.
- Mengenakan seragam olahraga.
- Mengikuti seluruh proses pembelajaran

Percaya Diri

- Peserta didik bersemangat dalam melakukan gerakan
- Berani berpendapat, bertanya dan menjawab pertanyaan.
- Tidak mudah putus asa/ pantang menyerah.

Kriteria Penilaian

Aspek keterampilan	Indikator Pencapaian Kompetensi	Nilai
1. Mendorong Satu Tangan	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Salah satu tangan menyentuh lawan Gerakan mendorong 	D. 3 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala E. 2 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala F. 1 nilai tampak pada Gerakan memutar kepala
2. Mendorong Dua Tangan	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Kedua Tangan menyentuh tembok/lawan main Gerakan mendorong 	D. 3 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan E. 2 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan F. 1 sikap muncul pada Gerakan memutar lengan
3. Permainan Mendorong tembok	<ul style="list-style-type: none"> Berdiri tegak, salah satu kaki kebelakang Kedua Tangan menyentuh tembok/lawan main Gerakan mendorong 	D. 3 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang E. 2 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang F. 1 sikap muncul pada Gerakan memutar pinggang

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimum}} \times 100$$

Peringkat	Nilai
Amat Baik (A)	$90 < AB \leq 100$
Baik (B)	$80 < B \leq 89$
Cukup (C)	$70 < C \leq 79$
Kurang (D)	≤ 70

d. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

o	Kompetensi dasar	Materi	Indikator soal	Bentuk soal	Jumlah Soal
	3.2 Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	Kombinasi gerak dasar non-lokomotor Gerakan mendorong	Menyebutkan gerak dasar nonlokomotor dan bentuk-bentuk gerak dasar non-lokomotor dengan benar	Pilihan Ganda	5

Latihan Soal :

1. Apa yang dimaksud dengan gerak dasar Non – lokomotor ...
 - a. Gerak dengan berpindah tempat
 - b. Bergerak tanpa berpindah tempat
 - c. Bergerak dengan berpindah tempat lalu diam

2. Yang termasuk bentuk gerak dasar non – lokomotor adalah ...
 - a. Mendorong tembok
 - b. Memutar lengan sambil berjalan
 - c. Berlari kemudian melompat

3. Mendorong dengan kedua tangan, telapak tangan harus ...
 - a. Mempel dengan tembok
 - b. Mengepal dengan tembok
 - c. Dibuka lebar

4. Udin sedang melakukan Gerakan mendorong tembok, bagaiman sikap kaki udin yang benar ...
 - a. Kaki lurus dirapatkan
 - b. Kaki dibuka selebar bahu salah satu kaki ke belakang
 - c. Kaki dibuka ke depan

5. Posisi tangan pada saat mendorong adalah ...
 - a. Lurus di samping badan
 - b. Lurus ke depan menempel dengan tembok
 - c. Di samping badan

Pedoman Penskoran

	Rubrik	Skor
.	siswa dapat menjawab dengan benar	1
	siswa menjawab dengan salah	0
	skor maksimum	5

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah Skor maksimum}} \times 100$$

Kisi-kisi tes Tertulis / Uraian / Essay

No	Kompetensi dasar	materi	Indicator soal	Bentuk soal	Jumlah soal
1.	3.2 Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	Kombinasi gerak dasar non lokomotor Gerakan mendorong	Menyebutkan dan Membandingkan	uraian	5

NO	Soal	Jawaban
1	Apa yang dimaksud kombinasi gerak dasar non lokomotor?	
2	Sebutkan latihan gerak dasar non lokomotor?	
3	Bagaimana posisi kaki ketika mendorong dua tangan!	
4	Tuliskan urutan Gerakan mendorong yang kamu ketahui!	
5	Menurutmu gerakan mana yang paling sulit? Berikan alasannya!	

Pedoman Penilaian Soal Uraian

No Soal	Rubrik	Skor
1	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban dengan uraian lengkap	5
2	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban dengan uraian lengkap tapi tidak berurutan	4
3	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban kurang lengkap	3
4	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban singkat dan kurang lengkap	2
5	Peserta didik dapat menyebutkan jawaban tetapi salah	1
	Skor Maksimum	5

1. Remedial

Pembelajaran remedial dilakukan apabila nilai peserta didik kurang dari KKM=70. Remedial berlaku bagi peserta didik yang belum mencapai ketuntasan belajar sesuai hasil analisis penilaian atau analisis kesulitan belajar. Untuk itu, perlu dicari penyebab mengapa peserta didik tersebut tidak mencapai kompetensi sebagaimana termuat dalam capaian pembelajarannya. Adapun bentuk kegiatan pembelajaran remedial antara lain pembelajaran ulang, bimbingan perorangan, belajar kelompok, dan pemanfaatan tutor sebaya. Guru membimbing peserta didik dengan Menyebutkan materi yang belum dipahami peserta didik kemudian peserta didik mengerjakan soal evaluasi kembali

No	Siswa	Target KI	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

2. Pengayaan

Pengayaan pembelajaran dilakukan apabila nilai peserta didik lebih dari atau sama dengan KKM=70. Jika ada waktu, guru memberikan pengayaan pada peserta didik. Berdasarkan hasil analisis penilaian, peserta didik yang sudah mencapai ketuntasan belajar diberi kegiatan pembelajaran pengayaan untuk perluasan dan atau pendalaman materi (kompetensi).

No	Siswa	Target KI	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
4										
5										
dst.										
Keterangan Orang Tua Siswa:										

Mengetahui
Kepala SDN Jagakarsa 05 Pagi

Jakarta, September 2021

Guru Mata Pelajaran

Hj. Sarimah, S.Pd
NIP. 196310111985032004

Syamsul Rijal, S.Pd
NIP. 199202262020121015