

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
BELAJAR DARI RUMAH (BDR)**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 2 Plantaran
Kelas/Semester : 1/1
Tema : Diriku (Tema 1)
Sub Tema : Aku dan Teman Baru (Sub Tema 1)
Jenis kegiatan : kegiatan berjalan
Pembelajaran ke : 1

Kompetensi Dasar

PJOK

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

Tujuan Pembelajaran

- Melalui tayangan video siswa dapat mempraktikkan gerak dasar lokomotor berjalan lurus kedepan dengan permainan “meniti jembatan”.
- Dengan melihat tayangan video “permainan meniti jembatan” siswa dapat mempraktikkan gerak dasar lokomotor berjalan lurus kedepan dengan sikap kapal terbang.
- Setelah melakukan gerakan pada permainan sederhana, siswa dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

Langkah-langkah Kegiatan

- Pembelajaran Jarak Jauh Daring

Langkah-Langkah Pembelajaran	Pengelolaan Kelas (I, Ps, Klp, Klas)	Waktu
A. Kegiatan Awal 1) Mengisi daftar hadir di gogle form. 2) Menyampaikan tujuan pembelajaran 3) Apersepsi di video dengan menanyakan: <ul style="list-style-type: none"> “Bagaimana keadaan kalian?” Sehat? “Apakah kalian pernah melewati jembatan?” 	Klasikal	5’
B. Kegiatan Inti 1) Siswa diminta mendengarkan dan melihat tayangan video rekaman youtube yang dikirim guru di WA Grup (Mengalami) 2) Menanyakan kepada siswa : <ul style="list-style-type: none"> Informasi apa yang bisa diperoleh setelah melihat dan mendengar tayangan video yang diputar di youtube? Jelaskan. (Interaksi) 3) Siswa bersama guru menyimpulkan informasi yang diperoleh dari rekaman tersebut. (Interaksi) 4) Siswa mendengarkan dan melihat tayangan video rekaman youtube gerak dasar lokomotor berjalan lurus kedepan dengan permainan “meniti jembatan” (Mengalami) 5) Siswa mengirimkan video mempraktikkan gerak dasar lokomotor berjalan lurus kedepan dengan permainan “meniti jembatan” (komunikasi)	Individu Klasikal Individu	25’
C. Kegiatan Penutup 1) Menanyakan kepada peserta didik: <ul style="list-style-type: none"> Apa yang kamu simpulkan tentang manfaat melakukan gerak lokomotor? 2) Siswa diberi Tugas mengamati gerak lokomotor yang sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekitar. 3) Guru meminta peserta didik menjawab pertanyaan refleksi dan mengirimkan jawaban ke WA Grup: (Refleksi) <ul style="list-style-type: none"> Apa anak-anak sudah bisa mempraktikkan gerak? Kendala apa yang anak-anak alami dalam mempraktikkan gerak? Bagaimana perasaan kamu ketika belajar tadi? Jika senang kirim emoticon senyuman atau tertawa	Klasikal	10’

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Kaliwungu Selatan,.....
Guru PJOK

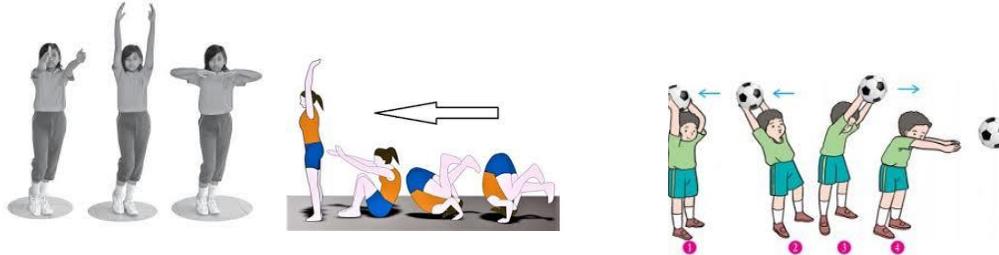
Maskur, S.Pd.
Nip. 19680128 199903 1 001

Isnaini Danny Darmawan, S.Pd
Nip. 19841231 200903 1 005

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

➤ Lembar Kerja Tertulis

1. Apa yang dimaksud gerak lokomotor....
2. Pada saat berjalan lurus kedepan,pandangan mata
3. Berilah Tanda pada gambar dibawah,yang termasuk gerak lokomotor



4.  Gambar disamping termasuk gerak
5. Sebutkan beberapa contoh gerak lokomotor yang pernah kalian lihat dilingkungan sekitar?

➤ Penskoran Tertulis

$$20 \times N = P$$

N= Jumlah Betul

P= Nilai Akhir

➤ Penilaian Kinerja Praktik mengamati Bagian-bagian Bunga

No	Keterampilan	Skor (1-4)
1	Ketepatan dalam melakukan gerakan	

➤ Rubrik Penilaian

1. Dalam melakukan gerakan

Skor 4	Dapat melakukan gerakan berjalan lurus dengan sikap sempurna.
Skor 3	Dapat melakukan gerakan berjalan lurus tidak dengan sikap sempurna.
Skor 2	Dapat melakukan berjalan tetapi tidak lurus dan tidak sempurna.
Skor 1	Tidak dapat melakukan gerakan sama sekali