

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN LURING ( PJOK )

---

Satuan Pendidikan : SD INPRES NAIKOEN 1  
Kelas / Semester : 2 /1  
Tema : Hidup Rukun (Tema 1)  
Sub Tema : Hidup Rukun di Rumah (Sub Tema 1)  
Jenis Kegiatan : Gerakan Berjalan  
Pembelajaran ke : 5  
Alokasi waktu : 1 Hari

---

### A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.
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.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, 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	Indikator
3.1	Memahami variasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 Menjelaskan gerak dasar berjalan dalam permainan sederhana dengan benar.
4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.1.1 melakukan gerak dasar berjalan dalam permainan sederhana dengan benar.

### C. TUJUAN

1. Dengan diberikan contoh peragaan gerak dasar lokomotor, siswa dapat menjelaskan gerakan tersebut dengan benar.
2. Dengan diberikan contoh peragaan gerak dasar lokomotor, siswa dapat memperagakan gerakan tersebut dengan benar.

#### Nilai Karakter

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

#### D. MATERI

1. Pengertian gerak dasar lokomotor dan contoh-contoh gerakannya.

#### E. PENDEKATAN & METODE

- Pendekatan : *Scientific*  
Strategi : *Cooperative Learning*  
Teknik : *Example Non Example*  
Metode : Penugasan, pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

#### F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa</li><li>2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. <b>(Menghargai kedisiplinan siswa/PPK).</b></li><li>3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita.</li><li>4. Pembiasaan membaca/menulis 15-20 menit dimulai dengan guru menceritakan tentang Kegiatan Berjalan. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan <b>kegiatan literasi</b> dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut:<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa yang tergambar pada sampul buku.</li><li>• Apa judul buku</li><li>• Kira-kira ini menceritakan tentang apa</li><li>• Pernahkan kamu membaca judul buku seperti ini</li></ul></li><li>5. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li><li>6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li><li>7. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas.</li><li>8. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</li></ol>	15 menit
Inti	<b>Ayo Mencoba</b>	140 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa mengamati gambar gerak dasar berjalan. Siswa mengamati gerakan yang diperagakan oleh guru.</li> <li>➤ Siswa diberi kesempatan untuk menanyakan segala hal yang ingin diketahuinya mengenai gerak dasar berjalan.</li> <li>➤ Siswa mencoba memperagakan gerak dasar berjalan.</li> <li>➤ Guru mengamati kemampuan siswa dalam gerak dasar berjalan (Rubrik Penilaian 2, PJOK KD 3.1 dan KD 4.1).</li> <li>➤ Sikap yang dikembangkan adalah disiplin dan sportif.</li> <li>➤ Siswa memperagakan gerak berjalan bersama sesuai formasi yang ditentukan.</li> </ul> <p><b>(Creativity and Innovation)</b></p>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah kegiatan, guru mengajak siswa melakukan pendinginan.</li> <li>2. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini</li> <li>3. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan</li> <li>4. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya..</li> <li><b>5. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan nasionalisme, persatuan, dan toleransi.</b></li> <li>6. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. <b>(Religius)</b></li> </ol>	15 menit

## G. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian.

### 1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian Sikap: Lembar Observasi
- b. Penilaian Pengetahuan: Tes
- c. Penilaian Keterampilan: Unjuk Kerja

### 2. Bentuk Instrumen Penilaian

- a. Sikap
  - Sikap siswa yang muncul ketika proses pembelajaran.
  - Contoh Format Jurnal untuk Penilaian Sikap

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.		...			
2.		...			
3.		...			
...		dan seterusnya			

b. Pengetahuan dan Keterampilan

Penilaian dan panduan konversi nilai dapat dilihat contohnya pada Pembelajaran 1.

Contoh Rubrik:

1) PJOK

Rubrik Penilaian Mempraktikkan Gerak Dasar Berjalan (KD 3.1 dan 4.1)

Aspek	Skor			
	4	3	2	1
<b>Pengetahuan:</b> Menjelaskan gerak dasar berjalan: sikap tubuh dan langkah kaki benar.	Sikap tubuh dan langkah kaki dalam berjalan dijelaskan dengan benar, tanpa bantuan guru	Ada beberapa sikap tubuh dan langkah kaki yang belum benar dijelaskan, tanpa bantuan guru.	Ada beberapa sikap tubuh dan langkah kaki yang belum dijelaskan, dengan bantuan guru.	Masih belum bisa menjelaskan sikap tubuh dan langkah kaki dengan benar, dengan bantuan guru.
<b>Keterampilan:</b> mempraktikkan gerak dasar berjalan (sikap tubuh, langkah kaki, dan arah berjalan benar)	Dapat mempraktikkan gerak dasar berjalan dengan benar, tanpa bantuan guru.	Ada salah satu kriteria yang masih salah.	Hanya satu kriteria yang benar.	Sikap tubuh, langkah kaki, dan arah dalam berjalan masih salah.

Sikap yang dapat diamati dan dikembangkan: disiplin.

## H. SUMBER DAN MEDIA

- Diri anak, Lingkungan keluarga, dan Lingkungan sekolah.
- Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 2 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 2 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).
- Buku Sekolahnya Manusia, Munif Chatib.
- Media Pengajaran SD/MI untuk kelas 2.
- Video/slide/gambar tentang Hidup rukun.
- Gambar gerakan berjalan

**Refleksi Guru**

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui  
Kepala sekolah

Martha Lynda Mbau,S.Pd  
NIP.19660407 198712 2 008

Kupang, 27 Juli 2020  
Guru PJOK

Ismail Fernandez,S.Pd

# BUKTI/ HASIL INOVASI

## 1. Kegiatan Luring



## 2. Hasil Respon

