



## **SD ISLAM AL-AZHAR 34 MAKASSAR**

### **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**Nama : IRFAN, S.Pd, M.Pd**

**Bidang Studi : Penjas Orkes**

**Kelas : 6 (Enam)**

**Tahun Pelajaran : 2021/2022**

Jl. Aroeppala, Hertasning Baru - Makassar  
Telpon : 0411 869 994  
Fax : 0411 864 388  
alazharmks.sch.id

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Islam Al Azhar 34 Makassar
Kelas / Semester	: VI (Enam) / II (Genap)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 6	: Gerak Dominan dalam Senam Lantai
Subpelajaran	: Gerak Guling dalam Senam Lantai
Pembelajaran	: 1
Alokasi Waktu	: 10 menit ( simulasi mengajar )

### A. Kompetensi Dasar (KD)

- 3.6 Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam.
- 4.6 mempraktikkan rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, ber gantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam.

### B. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan tanya jawab dan membaca teks, siswa dapat menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.
2. Melalui pengamatan, siswa dapat mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.

### C. Kegiatan Pembelajaran

#### Kegiatan Pendahuluan (2 Menit)

- a. Guru mengucapkan salam dan mengajak peserta didik berdo'a.
- b. Guru melakukan presensi dan memberikan motivasi serta menanyakan kabar peserta didik.
- c. Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk permainan koordinasi kaki.
- d. Guru memaparkan topik dan tujuan pembelajaran kepada peserta didik.

#### Kegiatan Inti (6 Menit)

- Siswa diarahkan membahas materi rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Siswa membahas berguling ke depan. Pada pembelajaran ini guru dapat menerapkan model reading guide. Langkah-langkahnya sebagai berikut.
  - (1) Siswa menanya gerakan guling ke depan. Misalnya, bagaimana cara melakukan gerakan guling ke depan?
  - (2) Siswa mengeksplorasi pengetahuan dengan mengumpul kan informasi gerakan guling ke depan Siswa membaca teks berguling ke depan.
  - (3) Siswa mengasosiasi informasi yang ditemukan. Siswa berdiskusi dengan teman tentang gerakan guling ke depan dengan awalan berdiri.
  - (4) Siswa mengomunikasikan hasil diskusinya kepada teman lain dan guru secara santun. Siswa hendaknya saling menghargai pendapat.
- Siswa mempraktikkan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Pada pembelajaran ini guru dapat menerapkan model pembelajaran resiprokal (umpan balik). Langkah-langkahnya sebagai berikut.
  - (1) Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai langkah-langkah melakukan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.
  - (2) Siswa mengamati guru dalam memperagakan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Peserta menanya gerakan yang masih sulit dilakukan.
  - (3) Siswa mengerjakan Ayo, Lakukan pada buku siswa halaman 121.
- Siswa melakukan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.  
Siswa menyiapkan matras.
- Siswa mengemukakan hasil pengamatannya kepada guru secara santun.
- Siswa melakukan pendinginan

#### Kegiatan Penutup (2 Menit)

- Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama

### D. Penilaian

1. Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.
2. Penilaian keterampilan : tes praktik

Makassar, 03 Januari 2022

Mengetahui,

Kepala SD Islam Al Azhar 34 Makassar

  
JAMALULLAILI, S.Pd.I

Guru Pjok

  
Irfan, S.Pd, M.Pd

