

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan pendidikan : SD NEGERI 6 NGRECO  
 Mata Pelajaran : PJOK  
 Kelas / Semester : VI (Enam) / 2  
 Pelajaran Ke- : 5 (Aktivitas Kebugaran Jasmani)  
 Pertemuan : Pertama  
 Materi Pokok : Aspek penting Kebugaran Jasmani  
 Alokasi waktu : (4 x 35 Menit) 4JP

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>
	<b>PENDAHULUAN</b> <b>15 Menit</b>	
1.) Dengan membaca teks, siswa dapat menyebutkan jenis latihan kebugaran jasmani.  2.) Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan latihan kebugaran jasmani.	1.) Guru memulai percakapan dalam grup WA dengan para siswa, dengan salam, menanyakan kabar, menaabsen para siswa yang <i>online</i> dalam grup, kemudian berdo'a.  2.) Mengaitkan materi sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman siswa.  3.) Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari	❖ <b>SIKAP</b> Menggunakan lembar observasi dan atau jurnal Sikap sosial: Tanggungjawab dan kedisiplinan Mengumpulkan tugas ❖ <b>PENGETAHUAN</b> Menjelaskan 1 aktivitas kebugaran jasmani ❖ <b>Keterampilan</b> Menggunakan unjuk kerja hasil foto yang sudah diberi deskripsi
	<b>INTI</b> <b>110 Menit</b>	
	1.) Menugaskan kepada para siswa untuk mencari informasi di buku ataupun internet tentang "Aktivitas Kebugaran Jasmani" dan menjelaskan apa saja yang sudah ditemukan. (boleh membuka buku, menonton video youtube dan atau pencarian di google).  2.) Guru menawarkan siapa yang mau bertanya tentang tema hari ini boleh dengan rekam suara atau tulisan dalam grup WA dan juga boleh dibantu menjawab oleh siswa lainnya.  3.) Guru mengirim foto peta pikiran terkait topik pembelajaran grup ini ke wa  4.) Para siswa melakukan pemanasan mulai kepala s.d kaki, kemudian mempraktikkan latihan kebugaran jasmani sesuai informasi yang di dapat, dilakukan di halaman rumah sambil di rekam dengan durasi video 5 menit, kemudian dikirimkan via WA.  5.) Para siswa mencari gambar di internet terkait kegiatan pembelajaran hari ini, dan di beri deskripsi tentang gambar tersebut, lalu dikirm via WA.	
Mengetahui, Kepala Sekolah	<b>PENUTUP</b> <b>15 Menit</b>	Pacitan,.....2020 Guru PJOK
<u>LUKMAN HAKIM, S.Pd</u> NIP.1965 0513 199403 1 013	1.) Siswa melakukan refleksi tentang pelaksanaan pembelajaran dan pelajaran apa yang diperoleh setelah belajar topik aktivitas kebugaran jasmani.  2.) melakukan penilaian dan kelas di tutup.	<u>TONI HANDOKO P, S.Pd</u> NIP.198608262010011014