

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJJ)

P J O K

Satuan Pendidikan : SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester : IV (EMPAT) / I
Pembelajaran : PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar
Materi Pokok : Permainan sepak bola
Alokasi Waktu : 1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	3.1.1	Menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola
4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	4.1.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola dengan benar
- Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

- Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
- Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum dipahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola → Mempraktikkan Permainan Sepak Bola Mini ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 10)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

- Sikap : observasi selama kegiatan
- Pengetahuan : menggunakan tes tulis
- Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 20 Juli 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJJ)

P J O K

Satuan Pendidikan : SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester : IV (EMPAT) / I
Pembelajaran : PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar
Materi Pokok : Permainan bola voli
Alokasi Waktu : 1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	3.1.2	Menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli
4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	4.1.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum dipahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli → Mempraktikkan Permainan Bola Voli Mini ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 17)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 27 Juli 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJJ)

P J O K

Satuan Pendidikan : SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester : IV (EMPAT) / I
Pembelajaran : PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar
Materi Pokok : Permainan bola basket
Alokasi Waktu : 1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	3.1.3	Menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket
4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	4.1.3	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN I. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Besar

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum dipahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket → Mempraktikkan Permainan Bola Basket Modifikasi ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 24)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 03 Agustus 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ) P J O K

Satuan Pendidikan : SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester : IV (EMPAT) / I
Pembelajaran : PELAJARAN II. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Kasti
Materi Pokok : Permainan kasti
Alokasi Waktu : 1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.2	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	3.2.1	Menjelaskan variasi gerak dasar nonlokomotor dan lokomotor dalam permainan kasti
4.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.2.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dan lokomotor dalam permainan kasti

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks dan tanya jawab, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar nonlokomotor dan gerak dasar lokomotor dalam permainan kasti dengan koordinasi yang benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dan gerak dasar lokomotor dalam permainan kasti dengan koordinasi yang benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN II. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Kasti

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dan lokomotor dalam permainan kasti → Mempraktikkan Permainan Kasti ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 38)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 24 Agustus 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN II. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Kasti
Materi Pokok	:	Permainan kasti
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.2	Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	3.2.2	Menjelaskan variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti
4.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.2.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks dan tanya jawab, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti dengan koordinasi yang benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti dengan koordinasi yang benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN II. Variasi Gerak Dasar Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Kasti

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>	
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa	
→ Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan	
<u>KEGIATAN INTI</u>	
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua	
→ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami	
→ Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti	
→ Mempraktikkan Permainan Kasti ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 47)	
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>	
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah	
→ Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam	

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 31 Agustus 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN III. Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat, dan Lempar
Materi Pokok	:	Variasi gerak dasar jalan dan gerak dasar lari
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.3	Memahami variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional	3.3.1	Menjelaskan variasi gerak dasar jalan dan variasi gerak dasar lari
4.3	Mempraktikkan variasi pola dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional	4.3.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar jalan dan variasi gerak dasar lari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar jalan dan variasi gerak dasar lari dalam aktivitas dasar atletik lari zig zag dan melewati rintangan dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar jalan dan variasi gerak dasar lari dalam aktivitas dasar atletik lari zig zag dan melewati rintangan dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN III. Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat, dan Lempar

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar jalan dan variasi gerak dasar lari → Mempraktikkan Aktivitas Atletik Lompat Jauh ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 61)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangin, 14 September 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN III. Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat, dan Lempar
Materi Pokok	:	Variasi gerak dasar lompat dan gerak dasar lempar
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.3	Memahami variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional	3.3.2	Menjelaskan variasi gerak dasar lompat dan variasi gerak dasar lempar
4.3	Mempraktikkan variasi pola dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional	4.3.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar lompat dan variasi gerak dasar lempar

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar lompat dan variasi gerak dasar lempar dalam aktivitas dasar atletik lompat jauh dan lempar roket dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lompat dan variasi gerak dasar lempar dalam aktivitas dasar atletik lompat jauh dan lempar roket dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN III. Variasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat, dan Lempar

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar lompat dan variasi gerak dasar lempar → Mempraktikkan Aktivitas Atletik Lempar Roket ("Ayo Lakukan" buku siswa hal. 66)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangany, 21 September 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN IV. Gerak Dasar Lokomotor dan Nonlokomotor dalam Bela Diri Pencak Silat
Materi Pokok	:	Gerak dasar lokomotor dalam pencak silat
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.4	Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**	3.4.1	Menjelaskan variasi gerak dasar lokomotor dalam pencak silat
4.4	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**	4.4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dalam pencak silat

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar nonlokomotor pada pola gerak langkah pencak silat dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor pada pola gerak langkah dalam pencak silat dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN IV. Gerak Dasar Lokomotor dan Nonlokomotor dalam Bela Diri Pencak Silat

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>	
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa	
→ Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan	
<u>KEGIATAN INTI</u>	
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua	
→ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami	
→ Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dalam pencak silat	
→ Mempraktikkan kombinasi gerak langkah dalam Pencak Silat ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 78)	
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>	
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah	
→ Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam	

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 12 Oktober 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN IV. Gerak Dasar Lokomotor dan Nonlokomotor dalam Bela Diri Pencak Silat
Materi Pokok	:	Gerak dasar nonlokomotor dalam pencak silat
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.4	Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**	3.4.2	Menjelaskan variasi gerak dasar nonlokomotor dalam pencak silat
4.4	Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**	4.4.2	Mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dalam pencak silat

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan variasi gerak dasar nonlokomotor pada sikap pasang dan sikap kuda-kuda pencak silat dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor pada sikap pasang dan sikap kuda-kuda dalam pencak silat dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN IV. Gerak Dasar Lokomotor dan Nonlokomotor dalam Bela Diri Pencak Silat

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>	
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa	
→ Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan	
<u>KEGIATAN INTI</u>	
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua	
→ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami	
→ Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dalam pencak silat	
→ Mempraktikkan kombinasi gerak dasar nonlokomotor pd Pencak Silat ("Ayo Lakukan" buku siswa hal. 84)	
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>	
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah	
→ Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam	

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 19 Oktober 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan	:	SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester	:	IV (EMPAT) / I
Pembelajaran	:	PELAJARAN V. Aktivitas Kebugaran Jasmani
Materi Pokok	:	Latihan daya tahan dan kekuatan untuk kebugaran jasmani
Alokasi Waktu	:	1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.5	Memahami berbagai bentuk aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	3.5.1	Menjelaskan latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani
4.5	Mempraktikkan berbagai aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	4.5.1	Mempraktikkan latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah membaca teks, peserta didik dapat menjelaskan latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN V. Aktivitas Kebugaran Jasmani

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>	
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa	
→ Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan	
<u>KEGIATAN INTI</u>	
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua	
→ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami	
→ Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani	
→ Mempraktikkan Bermain Latihan Sirkuit ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 101)	
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>	
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah	
→ Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam	

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 02 Nopember 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (RPPJ)

P J O K

Satuan Pendidikan : SDN 2 KEDUNGSIGIT
Kelas/Semester : IV (EMPAT) / I
Pembelajaran : PELAJARAN V. Aktivitas Kebugaran Jasmani
Materi Pokok : Variasi latihan kelentukan dan kelincahan untuk kebugaran ja
Alokasi Waktu : 1 X Pertemuan (4 X 35 menit)

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
KI 4	Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.5	Memahami berbagai bentuk aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	3.5.2	Menjelaskan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani
4.5	Mempraktikkan berbagai aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan; daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan untuk mencapai berat badan ideal	4.5.2	Mempraktikkan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat menjelaskan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani dengan benar
2. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani dengan benar

B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Daring WhatsApp Group
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4 Kurikulum 2013 Revisi 2019
PELAJARAN V. Aktivitas Kebugaran Jasmani

C. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN DARING

<u>KEGIATAN PENDAHULUAN</u>
→ Kelas daring dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan
<u>KEGIATAN INTI</u>
→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan mengamati ringkasan materi yang telah dibagikan dengan didampingi orang tua → Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami → Guru memfasilitasi siswa dalam menjelaskan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, kelentukan, kecepatan, dan kelincahan untuk kebugaran jasmani dan mempraktikkan variasi latihan daya tahan tubuh, kekuatan, → Mempraktikkan Latihan Kekuatan ("Unjuk Kemampuan" buku siswa hal. 106)
<u>KEGIATAN PENUTUP</u>
→ Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat belajar dari rumah → Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

D. PENILAIAN

1. Sikap : observasi selama kegiatan
2. Pengetahuan : menggunakan tes tulis
3. Keterampilan : unjuk kerja atau praktik dengan dokumentasi foto/vidio kegiatan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Karangan, 09 Nopember 2020
Guru PJOK

SUTIKNO, S.Pd.M.Pd
NIP. 19601010 198201 1 026

NAHAR ROJIKIN, S.Pd
NIP. 19810522 200903 1 003