

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
PJOK DARING

Satuan Pendidikan : SDN DURENAN 02
Kelas / Semester : 5 /1
Kelas / Semester : 5 /1
Pelajaran : Aktivitas Kebugaran Jasmani
Sub Pelajaran : Latihan Daya Tahan Jantung dan Paru
Pertemuan : 1
Alokasi waktu : 90 menit

Tujuan Pembelajaran:

1. Dengan mengamati video pembelajaran melalui youtube, siswa mampu menjelaskan aktivitas kebugaran jasmani latihan daya tahan jantung dan paru
2. Dengan mengamati video pembelajaran melalui youtube, siswa mampu mempraktikkan aktivitas kebugaran jasmani latihan daya tahan jantung dan paru

Kegiatan Pembelajaran :

Pendahuluan (15 menit):

1. Guru menginformasikan tentang pembelajaran daring yang akan dimulai dikelas online group WA (Whatsapp) kelompok belajar siswa
2. Guru menginformasikan jadwal pembelajaran daring melalui group WA (Whatsapp) kelompok belajar siswa
3. Guru mengawali kegiatan belajar daring dengan mengucapkan salam dan berdo'a sesuai dengan kepercayaan masing-masing

Kegiatan Inti (60 menit):

1. Guru mengirimkan link video pembelajaran <https://www.youtube.com/watch?v=dFEH4Q77X8w> pada group WA (Whatsapp) kelompok belajar siswa
2. Guru memandu siswa membuka link video yang telah dikirim melalui group WA (Whatsapp) kelompok belajar siswa
3. Guru menugaskan siswa menyimak video
4. Guru menanyakan pemahaman siswa setelah menyimak video
5. Siswa diberi kesempatan untuk menanyakan materi yang kurang dipahami
6. Guru mengirimkan soal latihan yang akan diselesaikan oleh siswa melalui group WA (Whatsapp) Kelompok belajar siswa
7. Guru menugaskan siswa melakukan aktivitas kebugaran jasmani latihan daya tahan jantung dan paru



Penutup (15 menit):

1. Guru memandu siswa untuk mendokumentasikan tugas soal latihan dan tugas praktik
2. Guru memandu Siswa untuk mengirimkan dokumentasi tugas soal latihan dan tugas praktik
3. Guru memantau dan merekap tugas yang telah dikirimkan oleh siswa
4. Guru dan siswa menutup pembelajaran daring dengan berdo'a

Penilaian:

1. Sikap
Menggunakan lembar observasi tanggung jawab dan kedisiplinan siswa dalam mengirimkan tugas latihan dan dokumen tugas praktik
2. Pengetahuan
Merekap nilai tugas soal latihan dalam bentuk esay
3. Keterampilan
Menggunakan daftar hasil aktivitas kebugaran jasmani latihan daya tahan jantung dan paru dalam bentuk Portofolio

Mengetahui,
Kepala SDN Durenan 02

Madiun, 14 Juli 2020
Guru PJOK

Sulisno, S.Pd.I
NIP. 19620108 198603 1 020

Purwo Hadi Saputro, S.Pd
NIP. 19901118 201903 1 001

