

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SD Eka Tjipta Tasik Mas  
Kelas / Semester : 1 / 1  
Mata Pelajaran : PJOK  
Tema : Kegemaranku (Tema 2)  
Sub Tema : Gemar Bernyanyi dan Menari (Sub Tema 2 )  
Pembelajaran ke : 4  
Alokasi waktu : 10 menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat.
2. Melalui peragaan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki, siswa dapat mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat dan percaya diri.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa serta memeriksa kehadiran peserta didik</li><li>2. Mengajak menyanyikan lagu Nasional "Garuda Pancasila" sambil menggerakkan tangan dan pinggang ( <b>pemanasan</b> )</li><li>3. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li></ol>	2 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mengamati gambar gerakan meliukkan tubuh memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki.</li><li>2. Siswa menyerap informasi yang disampaikan guru melalui teks dan gambar.</li><li>3. Guru mengarahkan siswa untuk menyimak instruksi dengan teliti.</li><li>4. Siswa melakukan gerakan memegang kepala, pundak, lutut dan kaki.</li><li>5. Guru memperhatikan gerakan siswa guna memastikan gerakan dilakukan dengan tepat agar bermanfaat bagi tubuh siswa.</li><li>6. Siswa melakukan gerakan sambil menyanyikan lagu "<b>Kepala, Pundak, Lutut, Kaki</b>"</li></ol>	6 menit
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kegiatan diakhiri dengan siswa dapat mengemukakan hasil belajar hari ini serta guru memberikan penguatan dan kesimpulan.</li><li>2. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan.</li><li>3. Salam dan do'a penutup</li></ol>	2 menit

### C. PENILAIAN

1. Sikap : Pengamatan dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan. ( Observasi )
2. Pengetahuan : Tes tertulis soal uraian 5 butir
3. Keterampilan : Rubrik Penilaian Praktik

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Tasik Mas, 3 Januari 2022  
Guru PJOK,

ELYA KRISTONI I., S.Pd

KALISTUS DA KUNYA, S.Pd