

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SDN KEDUNGKAMAL
Mata Pelajaran	: PJOK
Materi Pokok	: Senam lantai (guling depan dan belakang)
Kelas/Semester	: VI/ Satu
Alokasi Waktu	: 4 JP (3 X Pertemuan)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar :

- 3.6 Memahami kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan dan nilai- nilai disiplin dan keberanian

4.6 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan dan nilai- nilai disiplin dan keberanian

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 1.1.1 Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.
- 2.1.2 Berhati-hati dalam melakukan gerakan olahraga.
- 3.6.3 Menjelaskan rangkaian gerak guling depan dan belakang dengan benar.
- 4.6.3 Mempraktikkan Sikap rangkaian gerak guling depan dan belakang dengan benar.

D. Tujuan :

Setelah proses belajar mengajar selesai, di harapkan siswa dapat :

1. Siswa dapat memahami gerakan berguling ke depan dengan baik dan benar
2. Siswa dapat melakukan gerakan berguling ke depan dengan baik dan benar

E. Materi Pokok :

Senam lantai Guling Depan dan Guling Belakang

F. Metode Pembelajaran :

Discovery learning dengan daring

G. Media Pembelajaran

1. Google From
2. Powrepoint
3. Bandicam
4. Browser
5. Whatshap
6. Youtube

H. Sumber Belajar

1. Buku siswa kelas II
2. Buku Guru
3. Vidio Pembelajaran
<https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8>
<https://forms.gle/3BXAJcG6NYoPjpDSA>
<https://www.youtube.com/watch?v=-dp8-jKPIOk>

I. Alat dan Bahan

1. HP/ Leptop / Komputer
2. Alat tulis

J. Langkah- langkah pembelajaran

Pertemuan 1 (Guling Depan)

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam melalu Grup Whatshap Kelas2. Guru membimbing doa sebelum pembelajaran dimulai. (<i>Religius</i>)3. Guru melakukan presensi siswa. Mengarahkan siswa untuk mengisi presensi melalui link https://forms.gle/oprR22on26qtDTo3A (<i>Comunication</i>)4. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar lebih semangat dalam mengikuti melajaran hari ini.	15 menit

	<p>5. Guru melakukan apresepsi kemampuan awal sejauh mana siswa mengetahui tentang guling depan</p> <p>6. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dicapai.</p>	
<p>Inti</p>	<p><i>Mengamati</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengarahkan kepada siswa untuk membaca materi Senam Lantai Guling depan pada buku paket siswa (<i>Comunication</i>) 2. Guru memberikan video pembelajaran tentang langkah-langkah melakukan gerakan guling depan 3. Siswa di arahkan untuk melihat video di youtube melalu link : https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8 (<i>Comunication</i>) 4. Siswa mempelajari materi yang disajikan dalam video pembelajaran. (<i>Comunication</i>) <p><i>Menanya</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menfasilitasi peserta didik untuk mengajukan pertanyaan kepada guru tentang materi Guling depan (<i>Comunication</i>) 2. Guru menanya tentang materi dan siswa menjawab (<i>Integritas</i>) <ol style="list-style-type: none"> a. konsep gerak menguling ke depan 	<p>45 menit</p>

b. bagaimana cara melakukan gerakan guling depan

Mencoba)

1. Guru mengarahkan siswa untuk melakukan gerak guling depan di atas alas (***Critical Thinking and Peoblem Solving***)
2. Guru mengarahkan kepada siswa untuk melakukan kegiatan/ gerakan guling depan dengan semangat dan percaya diri (***Integritas***)

Mengasosiasikan

1. Guru mengarahkan siswa untuk menuliskan rangkuman tentang materi guling depan yang telah dilakukan tadi (***Comunication***)
2. Guru mengevaluasi gerakan gerakan guling depan

Mengkomunikasikan

1. Siswa menyampaikan hasil tugas rangkuman yang telah di kerjakan (***Mandiri***)
2. Siswa dan guru berdiskusi tentang hasil tugas siswa
3. Guru menugaskan siswa untuk menyimpulkan dari hasil diskusi dengan percaya diri (***Mandiri dan Literasi***)
4. Guru memberi tugas tertulis kepada siswa melallui googl from dengan link <https://forms.gle/3BXAJcG6NYoPjpDSA> (***Comunication***)

<p>Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru merefleksikan hasil pembelajaran 2. Siswa mengirimkan bukti video telah melakukan gerakan Guling depan ke Whatshap Guru. 3. Guru menyampaikan materi untuk pembelajaran minggu depan, yaitu gerakan guling belakang https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8 _(<i>Comunication</i>) 4. Guru mengingatkan agar siswa tetap menjaga kesehatan dan rajin belajar selama di rumah 5. Menutup pelajaran dengan doa dan guru memberikan salam 	<p>10 menit</p>
-----------------------	---	------------------------

Pertemuan 2 (Guling Belakang)

<p>Kegiatan</p>	<p>Deskripsi</p>	<p>Alokasi Waktu</p>
<p>Pendahuluan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam 2. Guru membimbing doa sebelum pembelajaran dimulai. (<i>Religius</i>) 3. Guru melakukan presensi siswa. Mengarahkan siswa untuk mengisi presensi melalui link https://forms.gle/oprR22on26qtDTo3A (<i>Comunication</i>) 	<p>15 menit</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar lebih semangat dalam mengikuti pelajaran hari ini. 5. Guru melakukan apresepsi kemampuan awal sejauh mana siswa mengetahui tentang guling belakang 6. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dicapai. 	
<p style="text-align: center;">Inti</p>	<p><i>Mengamati</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengarahkan kepada siswa untuk membaca materi Senam Lantai Guling belakang pada buku paket siswa (<i>Comunication</i>) 2. Guru memberikan video pembelajaran tentang langkah-langkah melakukan gerakan guling belakang 3. Siswa di arahkan untuk melihat video di youtube melalu link : https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8 (<i>Comunication</i>) 4. Siswa mempelajari materi yang disajikan dalam video pembelajaran. (<i>Comunication</i>) <p><i>Menanya</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memfasilitasi peserta didik untuk mengajukan pertanyaan kepada guru tentang materi Guling belakang (<i>Comunication</i>) 	<p style="text-align: center;">45 menit</p>

2. Guru menanya tentang materi dan siswa menjawab (*Integritas*)

- a. konsep gerak menguling ke belakang
- b. bagaimana cara melakukan gerakan guling belakang

Mencoba)

1. Guru mengarahkan siswa untuk melakukan gerak guling belakang di atas alas (*Critical Thinking and Problem Solving*)
2. Guru mengarahkan kepada siswa untuk melakukan kegiatan/ gerakan guling belakang dengan semangat dan percaya diri (*Integritas*)

Mengasosiasikan

1. Guru mengarahkan siswa untuk menuliskan rangkuman tentang materi guling belakang yang telah dilakukan tadi (*Comunication*)
2. Guru mengevaluasi gerakan gerakan guling belakang

Mengkomunikasikan

1. Siswa menyampaikan hasil tugas rangkuman yang telah di kerjakan (*Mandiri*)
2. Siswa dan guru berdiskusi tentang hasil tugas siswa
3. Guru menugaskan siswa untuk menyimpulkan dari hasil diskusi dengan percaya diri (*Mandiri dan Literasi*)

	<p>4. Guru memberi tugas tertulis kepada siswa melalui google form dengan link https://forms.gle/3BXAJcG6NYoPjpDSA (<i>Communication</i>)</p>	
Penutup	<p>1. Guru merefleksikan hasil pembelajaran</p> <p>2. Siswa mengirimkan bukti video telah melakukan gerakan Guling belakang ke Whatshap Guru.</p> <p>3. Guru menyampaikan materi untuk pembelajaran minggu depan, yaitu gerakan kombinasi guling depan dan belakang_ (<i>Communication</i>)</p> <p>4. Guru mengingatkan agar siswa tetap menjaga kesehatan dan rajin belajar selama di rumah</p> <p>5. Menutup pelajaran dengan doa dan guru memberikan salam</p>	10 menit

Pertemuan 3 (Guling Depan dan Belakang)

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam</p> <p>2. Guru membimbing doa sebelum pembelajaran dimulai. (<i>Religius</i>)</p> <p>3. Guru melakukan presensi siswa. Mengarahkan siswa untuk mengisi presensi melalui link https://forms.gle/oprR22on26qtDTo3A (<i>Communication</i>)</p>	15 menit

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Guru memberikan motivasi kepada siswa agar lebih semangat dalam mengikuti pelajaran hari ini. 5. Guru melakukan apresepsi kemampuan awal sejauh mana siswa mengetahui tentang guling depan dan belakang 6. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dicapai. 	
<p style="text-align: center;">Inti</p>	<p><i>Mengamati</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengarahkan kepada siswa untuk membaca materi Senam Lantai Guling depan dan belakang pada buku paket siswa (<i>Comunication</i>) 2. Guru memberikan video pembelajaran tentang langkah-langkah melakukan gerakan guling depan dan belakang 3. Siswa di arahkan untuk melihat video di youtube melalu link : https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8 (<i>Comunication</i>) 4. Siswa mempelajari materi yang disajikan dalam video pembelajaran. (<i>Comunication</i>) <p><i>Menanya</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memfasilitasi peserta didik untuk mengajukan pertanyaan kepada guru tentang 	<p style="text-align: center;">45 menit</p>

	<p>materi Guling depan dan belakang (<i>Communication</i>)</p> <ol style="list-style-type: none">2. Guru menanya tentang materi dan siswa menjawab (<i>Integritas</i>)<ol style="list-style-type: none">a. konsep gerak mengguling ke belakangb. bagaimana cara melakukan gerakan guling belakang <p>Mencoba)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru mengarahkan siswa untuk melakukan gerak guling depan dan belakang di atas alas (<i>Critical Thinking and Problem Solving</i>)2. Guru mengarahkan kepada siswa untuk melakukan kegiatan/ gerakan guling depan dan belakang dengan semangat dan percaya diri (<i>Integritas</i>) <p>Mengasosiasikan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru mengarahkan siswa untuk menuliskan rangkuman tentang materi guling depan dan belakang yang telah dilakukan tadi (<i>Communication</i>)2. Guru mengevaluasi gerakan gerakan guling belakang <p>Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa menyampaikan hasil tugas rangkuman yang telah di kerjakan (<i>Mandiri</i>)	
--	---	--

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Siswa dan guru berdiskusi tentang hasil tugas siswa 3. Guru menugaskan siswa untuk menyimpulkan dari hasil diskusi dengan percaya diri (<i>Mandiri dan Literasi</i>) 4. Guru memberi tugas tertulis kepada siswa melalui google form dengan link https://forms.gle/3BXAJcG6NYoPjpDSA (<i>Communication</i>) 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru merefleksikan hasil pembelajaran 2. Siswa mengirimkan bukti video telah melakukan gerakan Guling belakang ke Whatshap Guru. 3. Guru menyampaikan materi untuk pembelajaran minggu depan, yaitu yaitu gerakan split sikap lilin https://www.youtube.com/watch?v=-dp8-jKPIOk 4. Guru mengingatkan agar siswa tetap menjaga kesehatan dan rajin belajar selama di rumah 5. Menutup pelajaran dengan doa dan guru memberikan salam 	10 menit

K. Penilaian

1. Sikap

Teliti, kejujuran, tanggung jawab, kerjasama

2. Pengetahuan

Tugas melalui google form dengan link

<https://forms.gle/3BXAJcG6NYoPjpDSA>

3. Keterampilan

Siswa mampu mempraktikkan gerakan guling depan dan belakang

NO	NAMA	GULING DEPAN	GULING BELAKANG	KOMBINASI GULING DEPAN DAN BELAKANG	KET
1					
2					
3					
Dst					

Purworejo, September 2020

Mengetahui

Kepala sekolah SDN Kedungkamal

Guru PJOK

Achyadi, S. Pd. M. Pd

NIP. 197104162008011012

Afif Fauziah Kurniastuti, S. Pd

NIP.