

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/ Semester : III / 1

Tema : 1.Pertumbuhan dan Perkembangan Makhluk Hidup/1/1

Sekolah : SD Marsudirini Gedangan Alokasi Waktu : 1 Pertemuan(Sehari)

Bulan/ Minggu: Juli/ 3

Tujuan Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Asesmen	6C + Nilai-nilai Marsudirini
<p>Siswa dapat : PJOK</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mengetahui prosedur berbagai gerak jalan (KD.31) ● Mempraktikkan prosedur berbagai gerak jalan i.(KD 4.1) <p>Tujuan pembelajara</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Menjelaskan dan mempraktikkan kombinasi berjalan mundur dan berlari menyamping 	<p>Pendahuluan</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Menyampaikan tujuan pembelajaran ● Beroda ● Melakukan pemanasan <p>Inti</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Siswa mendengarkan penjelasan dan memperhatikan guru mendemonstrasikan tentang sikap berjalan. ● Siswa mendengarkan penjelasan dan memperhatikan guru mendemonstrasikan tentang berbagai jenis cara berjalan. Ada berjalan ke depan, ke samping kiri, ke samping kiri, dan ke belakang. ● Siswa mencoba melakukan berbagai cara berjalan secara berkelompok dan perorangan. (Creativity) ● Siswa mendengarkan penjelasan dan memperhatikan guru mendemonstrasikan tentang sikap berlari. ● Siswa mendengarkan penjelasan dan memperhatikan guru mendemonstrasikan tentang berbagai jenis cara berlari. Ada berlari ke depan, berlari ke samping kiri, berlari ke samping kiri, dan berlari ke belakang. ● Siswa mencoba melakukan berbagai cara berlari secara berkelompok dan perorangan. (Creativity, Collaboration) 	<p>Pengetahuan Uraian</p> <p>Ketrampilan</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mempraktikkan gerakan berjalan ke depan, ke samping kanan, ke samping kiri, dan ke belakang ● Mempraktikkan gerak berlari ke depan, ke samping kanan, ke samping kiri, dan ke belakang 	<p>Kerja keras, percaya diri</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Lalu siswa mencoba kegiatan kombinasi berlari dan berjalan melalui permainan lomba jalan dan lari. • Siapkan garis awal dan garis akhir (lihat gambar pada buku siswa) • Setiap kali pertandingan dilakukan oleh lima orang siswa. • Tahap pertama siswa akan berjalan maju dari garis start menuju garis finish, lalu berjalan mundur dari garis finish menuju garis start. • Tahap kedua siswa akan berlari maju dari garis start menuju garis finish, lalu berlari mundur dari garis finish menuju garis start. • Ingatkan siswa untuk berjalan dan berlari mundur dengan hati-hati. Kebenaran gerak lebih diutamakan daripada kecepatan. • Peserta yang dapat menyelesaikan terlebih dahulu adalah pemenangnya. (Creativity and Innovation) <p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pendinginan • Beroda <p>Refleksi dan konfermasi Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apa saja yang sudah dipelajari pada hari ini? 2. Bagaimana perasaan setelah bermain jalan dan lari mundur? 3. Apa kegiatan yang paling disukai? 		
--	---	--	--

Mengetahui Kepala Sekolah

Sr. M Agnesita Pujiati, S. Pd, OSF

Semarang, Februari 2021

Guru Kelas III

Angella Febriani Lesmana, S.Pd

Rencana Asesmen

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/ Semester : III / 1

Tema : 1.Pertumbuhan dan Perkembangan Makhluk Hidup/1/1

Sekolah : SD Marsudirini Gedangan Alokasi Waktu : 1 Pertemuan(Sehari)

Bulan/ Minggu: Juli/ 3

Tujuan Pembelajaran	Asesmen	Instrumen Asesmen	Indikator Ketercapaian
<ul style="list-style-type: none">Menjelaskan dan mempraktikkan kombinasi berjalan mundur dan berlari menyamping	3.1 Pengetahuan Uraian 4.1 Ketrampilan Mempraktikan gerak jalan dan lari	3.1 10 soal	7 jawaban benar

Mengetahui Kepala Sekolah

Semarang, Februari 2021

Guru Kelas III

Sr. M Agnesita Pujiati, S. Pd, OSF

Angella Febriani Lesmana, S.Pd