

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Nama Sekolah	: SD Negeri 050671 Kp.Gohor
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 3 (tiga) / I (Satu)
Pertemuan ke	: 7 (tujuh)
Alokasi Waktu	: 2 x 35 Menit

Standar Kompetensi: 3. Mempraktikkan gerak senam lantai, senam ketangkasan dasar dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 3.1 Mempraktikkan keseimbangan dalam bentuk senam lantai dasar, serta nilai keselamatan, disiplin dan keberanian

I Tujuan Pembelajaran:**

- Siswa dapat melakukan gerakan senam lantai
- Mengetahui gerakan-gerakan senam lantai
- Melatih keberanian

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)
Tekun (*diligence*)
Tanggung jawab (*responsibility*)
Ketelitian (*carefulness*)
Kerja sama (*Cooperation*)
Toleransi (*Tolerance*)
Percaya diri (*Confidence*)
Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Latihan senam lantai dasar keseimbangan

III Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

A Kegiatan Awal:

Apresepsi dan Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B Kegiatan Inti:

▪ **Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa dapat melakukan gerakan senam lantai
- ☞ Mengetahui gerakan-gerakan senam lantai
- ☞ Melatih keberanian
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Melakukan gerakan keseimbangan berdiri, dengan berbagai variasi
- ☞ Melakukan gerakan sikap lilin dengan bertumpu pada punggung
- ☞ Melakukan gerakan lhead stand, keseimbangan dengan bertumpu pada kepala dan tangan

▪ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

V Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 3
- Diktat
- Matras
- Pluit

VI Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian	Penilaian
----------------------	-----------

Kompetensi	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan keseimbangan kapal terbang Melakukan gerakan sikap lilin Melakukan gerakan head stand dengan posisi kaki menekuk 	Non Tes	Tes Keterampilan/ Perbuatan Soal Praktek	<ul style="list-style-type: none"> Peragakan gerakan keseimbangan kapal terbang Peragakan gerakan sikap lilin Peragakan gerakan head stand dengan posisi kaki menekuk

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASIL DISKUSI)

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar	4
		* sebagian besar benar	3
		* sebagian kecil benar	2
		* semua salah	1

PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1