

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 3 Sikumpul
Kelas / Semester	: III / 2
Tema	: 5 Cuaca
Sub Tema	: 1 Keadaan Cuaca
Pembelajaran ke	: 2 Dua
Alokasi waktu	: 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Siswa dapat memahami gerak dasar Nonlokomotor bertumpu dan keseimbangan.
2. Siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dengan benar.
3. Siswa dapat mempraktikkan gerak bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Pendahuluan

1. Apersepsi

- Guru menyampaikan salam, salah satu siswa diminta untuk memimpin doa. mengecek kehadiran peserta didik, kemudian mengkondisikan suasana belajar
- Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan kegiatan belajar.
- Guru memberikan motivasi kepada siswa dengan menjelaskan manfaat mempelajari materi hari ini.

2. Kegiatan Inti

- Guru memberikan penjelasan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum melakukan praktik gerak bertumpu dan keseimbangan.
- Guru menjelaskan cara melakukan gerakan bertumpu dan keseimbangan.
- Guru mempraktikkan cara melakukan gerakan bertumpu dan keseimbangan. berdiri tegak dengan kedua tangan terlentang. Tekuklah kaki kiri dan bertumpu pada kaki kanan. Pertahankan sikap ini selama 5-8 hitungan. Gantilah kaki sebaliknya dengan gerakan yang sama.
- Setelah menjelaskan dan mempraktikkan kemudian guru meminta kepada siswa untuk sekedar mencoba dan melakukan disamping meja masing-masing
- Kemudian akan dipraktikkan dihari atau pertemuan yang akan datang.
- Guru menjelaskan untuk melakukan pendinginan

3. Kegiatan penutup

- Guru membimbing siswa menyimpulkan pembelajaran hari ini
- Guru menyampaikan kegiatan berikutnya
- Pelajaran ditutup dengan doa bersama

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap

- Observasi selama kegiatan berlangsung

2. Penilaian Pengetahuan

- Tes lisan

3. Penilaian Keterampilan


- Rubrik melakukan aktivitas senam lantai

No.	Kriteria	Rubrik kriteria			
		Skor (86-100) Baik Sekali 4	Skor (76-85) Baik 3	Skor (61-75) Cukup 2	Skor (<60) Perlu pendampingan 1
1	Mempraktikan gerak bertumpu dan keseimbangan	Melakukan dengan baik	Melakukan dengan baik belum seimbang	Melakukan belum sempurna	Belum dapat melakukan

Sikumpul, 5 januari 2022

**Mengetahui**
Kepala Sekolah

NUR IDRIS, S.Pd., M.Pd
NIP.19650414 198608 1 001

Guru Mata Pelajaran

ANDIKA BUDIMAN, S.Pd
NIP.19850108 201406 1 002