

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH  
JENIS DARING/LURING (KOMBINASI)  
KURIKULUM 2013**

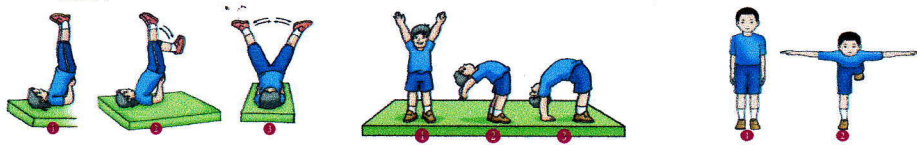
**PJOK**

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 1 SELANG  
 Kelas / Semester : 4 / 2  
 Pelajaran : 6  
 Tema : Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola gerak Dominan dalam Aktivitas Senam Lantai (3.6, 4.6)  
 Sub Tema : Variasi dan Kombinasi Gerak Senam Lantai Tanpa Alat.  
 Pembelajaran ke : 1  
 Alokasi waktu : 1 hari ( 2 x 35 menit)

**A. TUJUAN**

1. Setelah tanya jawab dan membaca teks, peserta didik dapat memahami variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dengan benar.
2. Setelah berdiskusi, peserta didik dapat menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dengan benar.
3. Melalui pengamatan, peserta didik dapat mempraktikkan latihan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dengan benar.

**B. KEGIATAN PEMBELAJARAN**


Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyapa siswa dengan rekaman video dan memandu siswa untuk mengawali pembelajaran dengan berdoa. <b>(Religius dan Integritas)</b></li> <li>2. Guru bertanya apakah hari ini sudah membantu orang tua, beribadah dan berdo'a. <b>(Karakter dan Life Skills).</b></li> <li>3. Guru menanyakan dan memotivasi siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran hari ini. <b>(Pengalaman belajar dan Variasi Aktivitas)</b></li> <li>4. Guru Memberi gambaran tentang manfaat pembelajaran hari ini.</li> <li>5. Guru melakukan share materi ke grup kelas dan memberikan tugas pembelajaran hari ini.</li> </ol>	15 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>Alat dan Bahan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peraga Digital/meeting online</li> <li>2. Panduan Buku Guru dan Siswa Simamora, Berton Supriadi. 2019. <i>Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas IV</i>. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud.</li> <li>3. Matras</li> <li>4. Video/ slide/ gambar dan materi ajar</li> <li>5. internet</li> </ol> <p><b>Ayo Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membagikan materi via clasroom dan rekaman vidio latihan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam lantai tanpa alat (sikap lilin, kayang dan sikap kapal terbang) materi pada buku siswa halaman 126-129.</li> </ol> <div style="text-align: center;">  </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Siswa melakukan Kegiatan: Ayo, Menonton Video variasi dan kombinasi gerak dominan senam lantai tanpa alat Yang diambil dari youtube atau video pembelajaran yang dibuat oleh guru. <b>(Mandiri, Critical Thinking)</b></li> </ol> <p><b>Ayo Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa berdiskusi bersama orang tua atau keluarga di rumah mengenai gerakan yang diperagakan guru dan peserta didik (model) melalui video. <b>(Communication, Critical Thinking)</b></li> </ol> <p><b>Ayo Mencoba</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa diminta mempraktikkan variasi gerak senam lantai tanpa alat dalam rubrik unjuk kemampuan! pada buku siswa halaman 129-130.</li> </ol>	45 menit

	<p><b>(Mandiri, critical Thinking, Creativity and Innovation)</b></p> <p><b>Ayo Berdiskusi</b></p> <p>1. Siswa berdiskusi bersama teman, orang tua atau keluarga di rumah tentang latihan variasi dan kombinasi gerak dominan senam lantai tanpa alat. <b>(Collaboration, Communication, Critical Thinking And Problem Solving, Analysing)</b></p> <p><b>Ayo Mengkomunikasikan</b></p> <p>1. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi yang telah di pelajari melalui aplikasi yang telah di tentukan.</p>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<p>1. Siswa melaporkan semua latihan dan dokumentasi kegiatan hari ini di buku siswa masing-masing, kemudian melaporkan ke guru dalam bentuk chat, foto, atau video durasi maksimal 1 menit. <b>(Variasi Aktivitas)</b></p> <p>2. Siswa diwajibkan melihat video pengetahuan di Youtube.com seperti <i>Discovery Channel</i>, sisi terang dan situs-situs lain yang memberikan pengetahuan dan keterampilan kemudian merangkum isinya. <b>(Life Skills dan Variasi Aktivitas)</b></p> <p>3. Belajar menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan <b>nasionalisme, persatuan, dan toleransi.</b></p> <p>4. Guru melakukan evaluasi dan refleksi hasil belajar siswa hari ini dalam bentuk rangkuman chat, video atau rekaman suara.</p>	10 menit

**C. Interaksi Guru dan Orang Tua**

1. **Pengamatan Sikap** : (Pengamatan dan rekaman sikap)
2. **Penilaian Pengetahuan** : (Dokumentasi kegiatan belajar, tes tulis, dan laporan)
3. **Penilaian Keterampilan** : (Dokumentasi praktek, unjuk kerja)


  
**Mengetahui**  
**Kepala Sekolah,**  
  
Gundiyati, S.Pd  
NIP. 19630423 199003 2 003

Kebumen, .... Desember 2020  
Guru PJOK Kelas 4 SDN 1 Selang  
  
  
Achmad Hufron, S.Pd.Jas, M.Pd  
NIP. 19830826 200604 1 006