

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN DARING

Sekolah : SD Negeri Pengarasan 02
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VI / Ganjil
Materi Pokok : Aktivitas Ritmik
Alokasi Waktu : 60 Menit

A. Kompetensi Dasar

- 3.7 Menerapkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama
4.7 Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran Discovery Learning, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Menganalisa berbagai gerak dasar langkah senam irama (*heel touch, toe touch, knee up* dan *single step*)
b. Menganalisa berbagai gerak dasar ayunan lengan senam irama (*bicep curl, open your up* dan *butterfly*)
c. Mempraktikkan berbagai gerak dasar langkah senam irama(*heel touch, toe touch, kneep up, single step*)
d. Mempraktikkan berbagai gerak dasar ayunan senam irama(*bicep curl, push chest, open your up dan butterfly*)

HOTS

C. Media/alat, Bahan dan Sumber

Belajar Media Media : Google,
Youtube

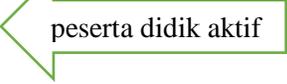
Alat/Bahan : Gadget dan sambungan data internet

Sumber Belajar : Buku PJOK Siswa kelas VI, Kemendikbud, Tahun 2016; Internet

ICT

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pendahuluan (5 Menit)

Mengawali pembelajaran dengan mengucapkan salam dan meminta untuk berdoa sebelum memulai pembelajaran melalui grup WA, serta menyampaikan akan ada daftar hadir melalui WA yang akan dibagikan untuk menandai kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh	
Kegiatan Inti (50 Menit)	
Stimulus	Peserta didik diberikan materi dan video pembelajaran melalui group wa tentang langkah melakukan cara melakukan kombinasi gerak dasar langkah <i>heel touch, toe touch, knee up</i> dan <i>single step</i>) dan ayunan lengan (<i>bicep curl, open your up</i> dan <i>butterfly</i>)
Mengidentifikasi Masalah	Peserta didik melakukan pengamatan bagaimana melakukan cara melakukan kombinasi gerak dasar langkah <i>heel touch, toe touch, knee up</i> dan <i>single step</i>) dan ayunan lengan (<i>bicep curl, open your up</i> dan <i>butterfly</i>)  peserta didik aktif
Menumpukan Data	Peserta didik secara online menjelaskan dan menganalisis tentang cara melakukan kombinasi gerak dasar langkah <i>heel touch, toe touch, knee up</i> dan <i>single step</i>) dan ayunan lengan (<i>bicep curl, open your up</i> dan <i>butterfly</i>)  HOTS 
Pembuktian	Peserta didik merekam dan mengirim melalui WA kegiatan cara melakukan cara kombinasi gerak dasar langkah (<i>heel touch, toe touch, knee up</i> dan <i>single step</i>) dan ayunan lengan (<i>bicep curl, open your up</i> dan <i>butterfly</i>)
Menarik Kesimpulan	Guru bersama peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait cara melakukan cara kombinasi gerak dasar langkah (<i>heel touch, toe touch, knee up</i> dan <i>single step</i>) dan ayunan lengan (<i>bicep curl, open your up</i> dan <i>butterfly</i>) dengan efektif melalui grup WA  4C
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
Guru dan peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

E. PENILAIAN

1. Penilaian Afektif (pengamatan dan rekaman sikap)
2. Penilaian Kognitif (Tes tulis - bentuk soal melalui Whatapp Grup atau Google Form)
3. Penilaian Keterampilan (Tes praktik - rubrik penilaian melalui video)

Mengetahui,
Kepala Sekolah
SDN Pengarasan 02

Tegal, September 2020
Guru PJOK

GINARTI ASIH, S. Pd. SD
NIP. 196311261984052002

WIDIASTUTI FAUZIAH, S. Pd
NIP. -