

RPP PEMBELAJARAN DARING dan LURING

Sekolah : SD ANDES REPIN **Kelas/Semester** : V/1 **Pertemuan ke** : 1
Mata Pelajaran : PJOK **Alokasi waktu** : 60 Menit

a. Materi : Senam Ketangkasan

A. Tujuan

Tujuan Pembelajaran	KD
	3.2 Mempraktikan bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
	IPK
	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan split di udara • Melakukan gerakan berputar 180° di udara

B. Langkah-Langkah Pembelajaran

Media, Alat dan Media Pembelajaran <ul style="list-style-type: none"> • Video Pembelajaran • Whatsapp Grup • Laptop/ Hp (smartphone) 	Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> • Video pembelajaran • . • Vidio yang dibuat guru LKPD
Model Pembelajaran : <ul style="list-style-type: none"> • Pembelajaran jarak jauh (Daring). Membagikan vidio melalui shareid/bluetooth 	Deskripsi : <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik secara individu memahami dan mempraktikkan Split di udara 2. Melakukan gerakan berputar 180° di udara

No	Kegiatan	Deskripsi	Periode Waktu Pelaksanaan	Alokasi waktu
1	Persiapan	Guru memberi salam, berdoa. Guru mengecek kehadiran melalui foto peserta didik. Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan (<i>Vidio yang dikirim</i>) • Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran (<i>Vidio yang dikirim</i>)	Pada tanggal 16 – 17 Setember 2020	10 menit
2	Pemberian Materi/ Tugas	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi senam ketangkasan • Siswa menonoton Vidio yang di bagikan guru memakai shareid/ online (.....) • Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi cara melakukan berputar 180 derajat (<i>Vidio yang dikirim</i>) • Siswa merekam bagaimana cara melakukan split di udara dan berputar 180 derajat dikerjakan di beri waktu untuk membuat vidio (<i>intruksi ada di dalam vidio</i>) • Guru Menutup pembelajaran dengan doa (<i>Vidio yang dikirim</i>) • Guru mengingatkan untuk menjaga jarak dan selalu 		40 menit

Tugas Akhir Membuat RPP DARING
 Oleh Heri Setyawan
 PJOK 1 PPG DALJAB UNMUL

		menggunakan masker (<i>Vidio yang dikirim</i>) ✚ Siswa menuliskan manfaat dari latihan atau kegiatan yang dilakukan untuk kegiatan sehari-hari (<i>dikumpulkan minggu depan</i>)		
3	Penilaian	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diminta untuk mengamati video dan menganalisis teknik cara menendang bola • Jawaban dikirim melalui aplikasi What Up Grub yang dipakai sesuai dengan waktu yang ditentukan • Siswa mengirimkan vidio cara menendang bola 	Jawaban siswa di tutup tanggal September 2020 Pukul... ..	10 menit

A. Penilaian

- ✚ Penilaian Sikap dilakukan dalam bentuk kejujuran (*in case* ada yang berusaha curang), ketepatan waktu mengumpulkan (disiplin dan tanggung jawab), dan ketelitian membaca intruksi
- ✚ intruksi yang diberikan Penilaian Ketrampilan dilakukan dalam bentuk portofolio atau melalui rubik penilaian.

Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan lompatan dan split di udara • Melompat dan berputar diudara 180 derajat 	Test perorangan (vidio yang di buat siswa)	Test praktik Test ketrampilan	Lakukanlah split di udara Lakukanlah berputar 180°

UNJUK KERJA SENAM

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Pola gerak lompatan dan membuka kaki (split diudara) 2. Pola gerak berputar 180 derajat				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

Mengetahui
 Kepala Sekolah SD Andes Repin MDC

Pelangsian 18 September 2020
 Guru PJOK

NIP. _____

NIP. _____

Heri Setyawan

RPP PEMBELAJARAN DARING dan LURING

Sekolah : SD ANDES REPIN	Kelas/Semester : V/1	Pertemuan ke : 2
Mata Pelajaran : PJOK	Alokasi waktu : 60 Menit	
b. Materi : Senam Ketangkasan		

C. Tujuan

Tujuan Pembelajaran	KD
	3.2 Mempraktikan bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
	IPK
	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan berputar 180° dan dilanjutkan rol ke depan

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

Media, Alat dan Media Pembelajaran <ul style="list-style-type: none"> Video Pembelajaran Whatsapp Grup Laptop/ Hp (smartphone) 	Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Video pembelajaran . Vidio yang dibuat guru
Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring). Membagikan vidio melalui shareid/bluetooth	Deskripsi : <ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerakan berputar 180° dan dilanjutkan rol ke depan

No	Kegiatan	Deskripsi	Periode Waktu Pelaksanaan	Alokasi waktu
1	Persiapan	Guru memberi salam, berdoa. Guru mengecek kehadiran melalui foto peserta didik. Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan (<i>Vidio yang dikirim</i>) <ul style="list-style-type: none"> Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran (<i>Vidio yang dikirim</i>) 	Pada tanggal 16 – 17 Setember 2020	10 menit
2	Pemberian Materi/ Tugas	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi senam ketangkasan Siswa menonotn Vidio yang di bagikan guru memakai shareid/ online (.....) Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi cara melakukan Melakukan gerakan berputar 180° dan dilanjutkan rol ke depan seperti (<i>Vidio yang dikirim</i>) Siswa merekam bagaimana cara melakukan Melakukan gerakan berputar 180° dan dilanjutkan rol ke depan dikerjakan di beri waktu untuk membuat vidio (<i>intruksi ada di dalam vidio</i>) 		40 menit

Tugas Akhir Membuat RPP DARING
 Oleh Heri Setyawan
 PJOK 1 PPG DALJAB UNMUL

		<ul style="list-style-type: none"> Guru Menutup pembelajaran dengan doa (<i>Vidio yang dikirim</i>) Guru mengingatkan untuk menjaga jarak dan selalu menggunakan masker (<i>Vidio yang dikirim</i>) 		
3	Penilaian	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diminta untuk mengamati video dan menganalisis teknik melompat dengan baik dan aman Jawaban dikirim melalui aplikasi What Up Grub yang dipakai sesuai dengan waktu yang ditentukan Siswa mengirimkan vidio Melompat 180 derajat dilanjutkan rol depan 	Jawaban siswa di tutup tanggal September 2020 Pukul... ..	10 menit

A. Penilaian

- Penilaian Sikap dilakukan dalam bentuk kejujuran (*in case* ada yang berusaha curang), ketepatan waktu mengumpulkan (disiplin dan tanggung jawab), dan ketelitian membaca intruksi
- intruksi yang diberikan Penilaian Ketrampilan dilakukan dalam bentuk portofolio atau melalui rubrik penilaian.

Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
<ul style="list-style-type: none"> Melompat dan berputar diudara 180 derajat dan dilanjutkan rol depan 	Test perorangan (vidio yang di buat siswa)	Test praktik Dan ketrampilan	Lakukanlah berputar 180° dan melakukan rol depan

UNJUK KERJA SENAM

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Pola gerak lompatan berputar 180 derajat dilanjutkan dengan rol depan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

Mengetahui
 Kepala Sekolah SD Andes Repin MDC

Pelaksanaan 25 September 2020
 Guru PJOK

NIP.

NIP. Heri Setyawan

RPP PEMBELAJARAN DARING dan LURING

Sekolah : SD ANDES REPIN	Kelas/Semester : V/1	Pertemuan ke : 3
Mata Pelajaran : PJOK	Alokasi waktu : 60 Menit	
c. Materi : Senam Ketangkasan		

E. Tujuan

	KD
Tujuan Pembelajaran	3.2 Mempraktikan bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
	IPK
	• Melakukan loncat kangkang di atas peti

F. Langkah-Langkah Pembelajaran

Media, Alat dan Media Pembelajaran 📺 Video Pembelajaran 📱 Whatsapp Grup 💻 Laptop/ Hp (smartphone)	Sumber Belajar: 📺 Video pembelajaran 📱 . 📺 Vidio yang dibuat guru
Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring). Membagikan vidio melalui shareid/bluetooth	Deskripsi : • Melakukan loncat kangkang di atas peti

No	Kegiatan	Deskripsi	Periode Waktu Pelaksanaan	Alokasi waktu
1	Persiapan	Guru memberi salam, berdoa. Guru mengecek kehadiran melalui foto peserta didik. Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan (<i>Vidio yang dikirim</i>) 📺 Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran (<i>Vidio yang dikirim</i>)	Pada tanggal 16 – 17 Setember 2020	10 menit
2	Pemberian Materi/ Tugas	📺 Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi senam ketangkasan <ul style="list-style-type: none"> • Siswa menoton Vidio yang di bagikan guru memakai shareid/ online (.....) • Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi cara melakukan Melakukan loncat kangkang di atas peti • Siswa merekam bagaimana cara melakukan Melakukan loncat kangkang di atas peti dikerjakan di beri waktu untuk membuat vidio (<i>intruksi ada di dalam vidio</i>) 📺 Guru Menutup pembelajaran dengan doa (<i>Vidio yang dikirim</i>) 📺 Guru mengingatkan untuk menjaga jarak dan selalu		40 menit

Tugas Akhir Membuat RPP DARING
 Oleh Heri Setyawan
 PJOK 1 PPG DALJAB UNMUL

		menggunakan masker (<i>Vidio yang dikirim</i>)		
3	Penilaian	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diminta untuk mengamati video dan menganalisis teknik melompat kangkang dengan baik dan aman • Jawaban dikirim melalui aplikasi What Up Grub yang dipakai sesuai dengan waktu yang ditentukan • Siswa mengirimkan vidio Melompat 180 derajat dilanjutkan rol depan 	Jawaban siswa di tutup tanggal September 2020 Pukul... ..	10 menit

A. Penilaian

- ✚ Penilaian Sikap dilakukan dalam bentuk kejujuran (*in case* ada yang berusaha curang), ketepatan waktu mengumpulkan (disiplin dan tanggung jawab), dan ketelitian membaca intruksi
- ✚ intruksi yang diberikan Penilaian Ketrampilan dilakukan dalam bentuk portofolio atau
- ✚ melalui rubrik penilaian.

Penilaian

Indikator Pencapaian Kompetensi	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen/ Soal
• Melakukan loncat kangkang di atas peti	Test perorangan (vidio yang di buat siswa)	Test praktik Dan ketrampilan	• Melakukan loncat kangkang di atas peti

UNJUK KERJA SENAM

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Melakukan loncat kangkang di atas peti				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL				

Mengetahui
 Kepala Sekolah SD Andes Repin MDC

Pelangsian 4 Oktober 2020
 Guru PJOK

NIP. _____

NIP. _____

Heri Setyawan

Tugas Akhir Membuat RPP DARING
Oleh Heri Setyawan
PJOK 1 PPG DALJAB UNMUL