

RANCANGAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI

Sekolah : SDN MAITAN 01
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : 6/2 (Genap)
Materi : Senam Lantai Roll Depan dan Roll Belakang
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

A. Tujuan Pembelajaran

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

- menerapkan cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang dengan teliti.
- menganalisis cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang serta kesalahan yang sering terjadi
- mempraktikkan cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang dengan baik dan benar

B. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan Pendahuluan (15 menit)	
Kelas dibuka dengan salam via whatsapp, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa dilanjutkan dengan doa dipimpin oleh salah seorang siswa yang pertama merespon salam dari guru. Siswa membaca penjelasan guru tentang tujuan, manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan yang guru share.via whatsapp	
Kegiatan Inti (110 menit)	
Stimulus	Peserta didik diberi materi dan video pembelajaran roll depan dan kesalahan yang sering terjadi dalam roll depan https://www.youtube.com/watch?v=YYB-vqZtSW8 https://www.youtube.com/watch?v=NUTyCkH4GhI Peserta didik diberi materi dan video pembelajaran roll belakang dan kesalahan yang sering terjadi dalam roll belakang https://www.youtube.com/watch?v=iJzCCsE7KK0 https://www.youtube.com/watch?v=RhjahLM7BQ
Mengidentifikasi masalah	Peserta didik mengamati bagaimana cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang dengan teliti
Mengumpulkan data	Peserta didik berkelompok dibagi sesuai rumah terdekat dengan temannya secara diskusi mengumpulkan dan menganalisis tentang bagaimana cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang
Pembuktian	Peserta didik mempraktikkan cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang dengan teliti dengan divideo atau direkam dari masing-masing kelompok
Menarik Kesimpulan	Guru bersama peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait cara melakukan gerakan roll depan dan roll belakang via grup whatsapp
Kegiatan Penutup (15 menit)	
Guru dan peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan di grup via whatsapp	

Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.

Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian Pengetahuan

Teknik Penilaian: Kuis dan tugas

2. Penilaian Keterampilan : Penilaian Praktik dari video yang dikirim oleh siswa

Mengetahui :

.....,

Kepala SDN Maitan 01

Guru Mata Pelajaran

Suwartono, S.Pd

Budi Wahono, S.Pd

NIP. 19671108 199703 1 005

NIP.