

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan Pendidikan : SD Negeri Rejosari 03
Kelas/Semester : V (Lima) / II (Genap)
Topik : Pola Gerak Dominan Pada Senam Lantai
Sub Topik : Gerakan Berpindah (Guling Depan)
Pembelajaran : 4
Alokasi Waktu : 10 menit

A. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan melihat gambar gerakan berpindah , siswa mampu menjelaskan gerakan berpindah dalam senam menggunakan alat dengan baik dan benar.
2. Dengan mendengarkan dan memperhatikan instruksi guru, siswa mampu mempraktikkan gerakan berpindah dalam senam menggunakan alat dengan baik dan benar.

B. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa.2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. (Religius dan Integritas)3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya sita-cita.4. Mengulas sedikit materi yang telah disampaikan hari sebelumnya5. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.7. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. (Creativity and Innovation)	2 menit

**Kegiatan
Inti**

A. Mengamati

1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang cara berlatih gerakan berpindah berpindah dalam senam menggunakan alat. (*Communication*)

6 menit



1). Latihan berguling ke depan



Latihan berguling ke depan dapat dilakukan dengan sikap awal jongkok.

Cara melakukannya:

1. Sikap awal jongkok di matras.
2. Letakkan kedua telapak tangan pada matras di depan kedua kaki.
3. Angkat pantat sampai posisi badan menungging.
4. Tekuk leher sampai dagu menyentuh dada.
5. Letakkan pundak di matras sambil menekuk kedua lengan.
6. Tolakkan kaki sampai tubuh menggelinding.
7. Sikap akhir jongkok kembali.

Mari perhatikan gambar berikut.



B. Menanya

1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan.
2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (*Critical Thinking and Problem Solving*)

C. Menalar

1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan gerakan berpindah dalam senam menggunakan alat. (*Collaboration, Communication*)
2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.
3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara gerakan berpindah dalam senam menggunakan alat dengan bimbingan guru. (*Creativity and Innovation*)
4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan. (*Communication*)
5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.

Ket :

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

2. Penilaian Keterampilan

Melakukan sikap berpindah dalam senam menggunakan alat

Kriteria	Sangat Baik (90-100)	Baik (80-89)	Cukup (70-79)	Perlu Bimbingan (\leq 70)

3. Remedial

Dari hasil evaluasi kegiatan penilaian harian, bagi siswa yang belum memahami materi secara baik diberikan proses ulasan dan pengulangan sehingga memiliki keterampilan dan pemahaman yang sesuai.

4. Pengayaan

Apabila masih tersisa waktu, guru membahas kembali materi hari untuk menambah wawasan dan pemahaman siswa.

Mengetahui,
Kepala SDN Rejosari 03



Seger Sri Rahayu, S.Pd
NIP. 19731211 199703 2 004

Semarang, 17 Juli 2021
Guru PJOK

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rizki Adi Ridfandani'.

Rizki Adi Ridfandani, S.Pd
NIP. -