

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

**Satuan Pendidikan** : SD Negeri 07 Bahagia Panti  
**Kelas / Semester** : III ( tiga ) / 1 ( satu )  
**Materi pembelajaran** : Gerak Dasar Lokomotor  
**Pertemuan** : 1  
**Alokasi Waktu** : 10 Menit

### A. Kompetensi Dasar dan IPK

Kompetensi Dasar	IPK
<b>PJOK</b>	
3.1 Memahami prosedur gerak dasar Lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 Menjelaskan prosedur gerak kombinasi pola gerak dasar Lokomotor jalan, lari dan lompat. 3.1.2 Menjelaskan prosedur gerak kombinasi pola gerak dasar Lokomotor jalan, lari dan melompat setinggi-tingginya.

Nilai karakter yang diharapkan :

1. Displin
2. Religius

### B. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar yang diberikan oleh guru melalui Whatsapp grup tentang gambar gerak dasar lokomotor dengan benar.
2. Dengan mengamati gambar yang diberikan oleh guru melalui Whatsapp grup tentang gambar prosedur gerak dasar non lokomotor dengan benar

### C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

#### 1. Pendahuluan

- 1) Guru mengajak peserta didik untuk berdoa.
- 2) Guru menyapaikan materi pelajaran hari ini.  
Alokasi waktu 2 menit

#### 2. Kegiatan Inti

- 1) Guru menjelaskan tentang gerak dasar Lokomotor.
- 2) Guru menanyakan kembali apa-apa saja contoh gerakan dasar Lokomotor.  
Alokasi waktu 6 menit

#### 3. Kegiatan Penutup

- 1) Guru memberikan kesimpulan tentang materi.
- 2) Berdoa  
Alokasi waktu 2 menit

### **C. Penilaian**

#### **1. Penilaian Sikap**

Keaktifan siswa dalam melakukan pembelajaran, berbahasa dengan santun.

#### **2. Penilaian Pengetahuan**

Menjawab soal-soal.

##### **Soal :**

1. Sebutkan beberapa contoh gerak dasar lokomotor?
2. Sebutkan nama permainan sederhana atau tradisional yang mengarah kepada materi gerak dasar lokomotor.

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Sukadamai,      Juli 2021  
Guru PJOK

**MASAIL, S.Pd**  
NIP. 19650306 198908 1 001

**ESMAWATI, S.Pd**  
NIP. -