

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
PJOK DARING
SEKOLAH DASAR KATOLIK LARI 2021**

Satuan Pendidikan : SDK Lari
 Kelas /Smester : VI/2
 Pelajaran : Senam Lantai
 Sub Pelajaran : Bertumpu
 Pertemuan : I

A. Tujuan Pembelajaran

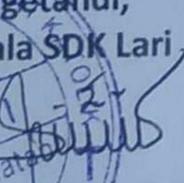
1. Dengan menonton video yang dikirim guru ke grup whatsapp, siswa dapat menjelaskan pola gerak dominan (bertumpu dalam aktifitas senam lantai dengan tepat)
2. Dengan menonton video yang dikirim guru ke grup watsapp, siswa dapat mempraktikkan pola gerak dominan (bertumpu dalam aktifitas senam lantai dengan lancar)

B. Kegiatan Pembelajaran

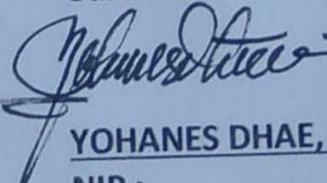
Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan membaca doa (Orientasi) dipandu melalui Grups Whatsapp, ❖ Siswa mengisi daftar hadir online yang dikirim guru melalui online grup whatsapp 	10 Menit
	Daring Method	
Inti	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Melalui grup whatsapp, guru mengirimkan link video pembelajaran terkait dengan materi yang berhubungan dengan cara menjelaskan pola gerak dominan (bertumpu dalam aktivitas senam lantai dengan tepat) ❖ Melalui grup whatsapp, guru memberikan tugas kepada siswa ❖ Melalui grup whatsapp guru mengirimkan link video pembelajaran terkait dengan materi yang berhubungan dengan cara mempraktikkan pola gerak dominan (bertumpu dalam aktivitas senam lantai dengan lancar) ❖ Melalui grup whatsapp guru memberikan tugas kepada siswa 	150 Menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mengerjakan soal online yang dibuat guru melalui google Formulir. 	15 Menit

C. Penilaian (Asesmen)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru, misalnya memberikan tugas di rumah dan mengumpulkanya melalui whatsapp Grup

Mengetahui,
 Kepala SDK Lari

YOFITA ROO, S. Ag
 NIP : 196503152007012018

Lari, 13 April 2021
 Guru PJOK


YOHANES DHAЕ, S. Pd
 NIP :

LAMPIRAN

A. Rubrik mempraktikan gerak bertumpu dan Keseimbangan

NO	KRITERIA	RUBRIK KRITERIA			
		Skor (86 – 100) sangat baik 4	Skor (71 – 85) baik 3	Skor (61 – 75) cukup 2	Skor (\leq 60)perlu dampingan 1
1	Mempraktikan kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai	Melakukan gerakan dengan tepat,tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan tepat,tetapi dengan intervensi minimal	Gerakan kurang tepat dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan tepat

B. Sumber dan media

1. buku pedoman guru tema 5 kelas 3 dan buku siswa tema 5 kelas 3 (buku tematik terpadu kurikulum 2013,Jakarta :kementrian pendidikan dan kebudayaan,2018
2. media ajar guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3
3. matras untuk melakukan aktivitas senam lantai

Refeleksi Guru:

Catatan guru

1. masalah :
2. Ide baru :
3. Momen special :