

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 3 Satera
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VI (Enam)
Ruang Lingkup : Gerak Dominan Dalam Senam Lantai
Materi Pokok : Rangkaian Gerak Dominan, Bertumpu, Tolakan, Putaran, dan Mendarat pada Guling ke Depan
Alokasi Waktu : 2 x 35 menit (1x pertemuan)

A. Kompetensi inti, KD, dan Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI DASAR	IPK
Pengetahuan (KI-3) Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain	3.6 Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam	3.6.1 Menjelaskan (C2) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar. 3.6.2 Menyimpulkan (C5) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar.
Keterampilan (KI-4) Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia	4.6 mempraktikkan rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam	4.6.1 Menentukan (P5) tempat awalan melakukan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar. 4.6.2 Melakukan (P5) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan penuh percaya diri dengan baik dan benar.

B. Tujuan Pembelajaran

Melalui pembelajaran dengan menggunakan Pendekatan Saintifik berbasis ICT, dan Pelajar Pancasila (1. Beriman , bertakwa kepada TYME dan berakhlak mulia, 2. Berkebhinekaan Global, 3. Gotong royong, 4. Mandiri , 5. Bernalar Kritis, 6. Kreatif) berbantuan aplikasi Google Meet, WAG, diharapkan :

1. Peserta didik dapat menjelaskan (C2) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar.
2. Peserta didik dapat berdiskusi sehingga dapat menyimpulkan (C5) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar
3. Peserta didik dapat menentukan (P5) tempat untuk melakukan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan dengan baik dan benar
4. Peserta didik dapat melakukan (P5) rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan

mendarat pada guling ke depan dengan konsisten, tepat dan terkontrol dengan baik dan benar.

C. Media Pembelajaran dan Sumber Belajar

1. Media: Laptop, Handphone, gambar dan video yang relevan, aplikasi zoom meet/Google form/WAG.
2. Sumber Belajar: Buku Guru dan Buku siswa PJOK kelas VI dan Internet.

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

KEGIATAN PENDAHULUAN (15 Menit)	
❖ Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar siswa, dan doa bersama. (Religius) ❖ Peserta didik melakukan presensi sebagai sikap disiplin Melalui link (https://forms.gle/N3FiUnZBxUEcTSS78) ❖ Guru menyapa orang tua yang mendampingi siswa belajar. ❖ Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya (apersepsi) ❖ Siswa menyimak penjelasan guru tentang tujuan pembelajaran hari ini. ❖ Guru juga memberikan motivasi kepada peserta didik agar tetap semangat sambil belajar melalui pembelajaran PJOK	
KEGIATAN INTI (40 Menit)	
Mengamati/ Bernalar kritis	Peserta didik mengamati video pembelajaran PJOK tentang gerakan guling ke depan yang diberikan oleh guru melalui tayangan slide PPT. Link video berbagai gerakan senam lantai : https://youtu.be/whF2WbYdBJk Link video latihan guling depan : http://bit.ly/latihangulingdepan Link video gerakan guling ke depan : http://bit.ly/videogulingdepan
Menanya / Bernalar kritis	Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang materi melalui komunikasi. (Critical Thinking and problem solving)
Mengeksplorasi/ Mandiri	Peserta didik mencoba berdiskusi dengan teman dan orang disekitar berkaitan dengan hasil pengamatan dari video pembelajaran yang diamati, (Collaboration and communication)
Mengasosiasi/ Kreatif dan Bernalar Kritis	Peserta didik diarahkan untuk melakukan gerakan guling ke depan, dengan menentukan tempat, alat (kasur) dan didampingi oleh orang tua atau kerabat lainnya.
Mengkomunikasikan/ Berkebhinekaan Global dan Gotong Royong	Peserta didik menyampaikan tugas dan hasil apa yang ia peroleh dari pembelajaran gerak guling depan (Comunication) . Peserta didik juga diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami.

KEGIATAN PENUTUP (15 Menit)

- Memfasilitasi pendinginan (colling down) dan meminta peserta didik menyampaikan pengalaman belajar yang diperoleh (refleksi)(Berkebhinakaan Global dan Bernalar Kritis)
- Pemberian penghargaan (apresiasi) terhadap ketekunan dan keseriusan peserta didik selama proses pembelajaran
- Penyampaian tindak lanjut pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari (Berkebhinakaan Global ataupun materi pembelajaran berikutnya serta berdoa penutup (Pelajar pancasila)

E. Penilaian Hasil Belajar

1. Penilaian Sikap : Penilaian sikap dilakukan berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum dengan menggunakan lembar Observasi dalam proses pembelajaran
2. Penilaian Pengetahuan : Tes tertulis dalam bentuk uraian/Pilihan ganda. Tes itu diberikan melalui link (<http://bit.ly/soalgulingdepan>)
3. Penilaian Keterampilan : Tes praktek berupa video yang dikirim ke youtube. Link youtube upload ke Link Drive (<http://bit.ly/gulingdepan>)

Mengetahui,
Kepala SDN 3 Satera

Satera, Mei 2021
Guru Mapel PJOK

I Ketut Sujana,S.Pd
NIP. 196312311986061059

I Putu Darmayana,S.Pd
NIP.198705082010011015