



## BUTUH PERANGKAT PEMBELAJARAN LENGKAP

**[KLIK DISINI](#)**

Kelas : VI  
Semester : 1 (GANJIL)  
Tahun Program : 2019/2020

### Kompetensi Inti

- KI 1 Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru dan tetangganya serta cinta tanah air.
- KI 3 Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
- 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.

Alokasi waktu: 4 jam pelajaran/minggu

| Mata Pelajaran                               | Kompetensi Dasar  | Indikator   | Materi Pembelajaran   | Kegiatan Pembelajaran   | Nilai Karakter   | Penilaian  | Alokasi Waktu | Sumber Belajar  |
|--|---|---|---|---|--|--|---------------|---|
| #Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan | 3.1 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan | 3.1.1 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam | Bola Voli: <ul style="list-style-type: none"><li>• Passing bawah</li><li>• Passing atas</li></ul> Basket <ul style="list-style-type: none"><li>• Melempar</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Religius</li><li>• Mandiri</li><li>• Gotong royong</li><li>• Kejujuran</li><li>• Kerja keras</li></ul> | Sikap: <ul style="list-style-type: none"><li>• Jujur</li><li>• Disiplin</li><li>• Tanggung Jawa</li><li>• Santun</li></ul> | 8 JP          | <ul style="list-style-type: none"><li>• Buku BSE</li><li>• Aplikasi Media</li><li>• Internet</li><li>• Lingkungan</li></ul> |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar   | Indikator   | Materi Pembelajaran  | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter  | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|--|---|--|--|---|---|---------------|----------------|
|                | <p>kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*</p> <p>4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*</p> | <p>permainan bola besar sederhana dan atau tradisional dengan tepat</p> <p>3.1.2 Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional dengan tepat</p> <p>4.1.1 Berlatih melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional dengan tepat</p> <p>4.1.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional dengan tepat</p> | <p>bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menangkap bola</li> <li>Menggiring bola</li> </ul> <p>Sepak Bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menendang bola</li> <li>Menggiring bola</li> <li>Mengoper bola</li> <li>Menerima bola</li> <li>Menghentikan bola</li> <li>Latihan menembak bola ke gawang</li> <li>Aturan permainan sepak bola</li> </ul> | <p>permainan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional untuk membentuk keterampilan dalam permainan bola besar</li> <li>Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi "pelaku" dan siapa yang menjadi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Percaya diri</li> <li>Kerjasama</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Peduli</li> <li>Percaya diri</li> <li>Kerja Sama</li> </ul> <p>Jurnal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain</li> </ul> <p>Penilaian Diri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah</li> </ul> <p>Pengetahuan:<br/>Tes Tertulis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana</li> </ul> <p>Keterampilan:<br/>Praktik/Kinerja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mempraktikkan</li> </ul> |               |                |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar | Indikator | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter | Penilaian  | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|------------------|-----------|---------------------|--|----------------|--|---------------|----------------|
|                |                  |           |                     | <p>“pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa mencoba tugas kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri,</li> </ul> |                | <p>kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portofolio Kemampuan mengetahui variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana</li> </ul> |               |                |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar   | Indikator | Materi Pembelajaran  | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter | Penilaian | Alokasi Waktu | Sumber Belajar                                      |
|----------------|--|-----------|--|--|----------------|-----------|---------------|---|
|                |  |           |  | <p>sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul> |                |           |               |   |
|                | <p>3.2 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*</p> <p>4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*</p> |           | <p>Roundes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melempar dan melambungkan bola</li> <li>• Menangkap bola</li> <li>• Memukul bola</li> </ul> <p>Kasti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan Bola</li> <li>• Melempar Bola</li> <li>• Memukul Bola</li> <li>• Menangkap Bola</li> </ul> <p>Tenis Meja / Pimpong</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik Grip</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>  |                |           |               | <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul> |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar  | Indikator  | Materi Pembelajaran  | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar   |
|----------------|---|--|--|--|----------------|---|---------------|--|
|                |   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik Footwork</li> <li>• Teknik Stance</li> </ul> Teknik Memukul                            |  |                |   |               |  |
|                | 3.3 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional<br><br>4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional | 3.3.1 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional dengan tepat<br><br>3.3.2 Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional dengan tepat<br><br>4.3.1 Berlatih melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional dengan tepat<br><br>4.3.1 Mempraktikkan | Lari cepat : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Start</li> <li>• Gerakan Lari</li> <li>• Memasuki garis <i>finish</i></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional yang dipilih secara koordinatif dan menjaga pelurusan persendian (<i>body alignment</i>).</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan</li> </ul> |                | Sikap: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jujur</li> <li>• Disiplin</li> <li>• Tanggung Jawa</li> <li>• Santun</li> <li>• Peduli</li> <li>• Percaya diri</li> <li>• Kerja Sama</li> </ul> Jurnal: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain</li> </ul> Penilaian Diri: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah</li> </ul> Pengetahuan:<br>Tes Tertulis <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan kombinasi gerak dasar</li> </ul> | 8 JP          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku BSE</li> <li>• Aplikasi Media</li> <li>• Internet</li> <li>• Lingkungan</li> </ul> |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar | Indikator  | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|------------------|--|---------------------|--|----------------|---|---------------|----------------|
|                |                  | <p>variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional dengan tepat</p> |                     | <p>guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru.</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan.</li> <li>• Siswa mencoba tugas kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional dilandasi dengan nilai-nilai disiplin,</li> </ul> |                | <p>jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik</p> <p>Keterampilan:<br/>Praktik/Kinerja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik</li> </ul> <p>Portofolio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kemampuan mengetahui kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik</li> </ul> |               |                |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar   | Indikator   | Materi Pembelajaran   | Kegiatan Pembelajaran   | Nilai Karakter | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar   |
|----------------|--|---|---|---|----------------|---|---------------|--|
|                |  |   |   | <p>percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>  |                |   |               |  |
|                | <p>3.4 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**</p> <p>4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**</p> | <p>3.4.1 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat</p> <p>3.4.2 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat</p> <p>4.4.1 Berlatih variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• membentuk gerak dasar seni beladiri**</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa membagi diri menjadi tiga kelompok/ sesuai dengan pokok bahasan pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular (arti, macam-macam, cara penularan, dan cara pencegahan penyakit menular dan tidak menular) serta hubungannya dengan kesehatan diri.</li> </ul> |                | <p>Sikap:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jujur</li> <li>• Disiplin</li> <li>• Tanggung Jawa</li> <li>• Santun</li> <li>• Peduli</li> <li>• Percaya diri</li> <li>• Kerja Sama</li> </ul> <p>Jurnal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain</li> </ul> <p>Penilaian Diri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah</li> </ul> | 8 JP          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku BSE</li> <li>• Aplikasi Media</li> <li>• Internet</li> <li>• Lingkungan</li> </ul> |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar | Indikator   | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran  | Nilai Karakter | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|------------------|---|---------------------|--|----------------|---|---------------|----------------|
|                |                  | <p>seni beladiri dengan tepat</p> <p>4.4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat</p> |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap kelompok berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada kertas <i>plano</i> untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain.</li> <li>• Setiap anggota kelompok membaca dan mencatat hasil diskusi kelompok lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap kelompok/empat pertanyaan).</li> <li>• Setiap kelompok mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh kelompok lain yang membahas pokok bahasan</li> </ul> |                | <p>Pengetahuan:<br/>Tes Tertulis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri</li> </ul> <p>Keterampilan:<br/>Praktik/Kinerja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempresentasikan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri</li> </ul> <p>Portofolio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kemampuan mengetahui variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri</li> </ul> |               |                |



| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar   | Indikator   | Materi Pembelajaran   | Kegiatan Pembelajaran   | Nilai Karakter | Penilaian  | Alokasi Waktu | Sumber Belajar   |
|----------------|--|---|---|---|----------------|--|---------------|--|
|                |  |   |   | sesuai pertanyaan tersebut. Setiap kelompok menyusun simpulan akhir dan membacakannya di akhir pembelajaran secara bergiliran dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.  |                |  |               |  |
|                | 3.5 Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung | 3.5.1 Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)<br><br>3.5.2 Menjelaskan latihan | <ul style="list-style-type: none"> <li>• menghitung denyut nadi,</li> <li>• menghitung kemampuan melakukan push up,</li> <li>• menghitung kelenturan tungkai</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana</li> <li>• Siswa</li> </ul> |                | Sikap: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jujur</li> <li>• Disiplin</li> <li>• Tanggung Jawa</li> <li>• Santun</li> <li>• Peduli</li> <li>• Percaya diri</li> <li>• Kerja Sama</li> </ul> Jurnal: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari</li> </ul> | 8 JP          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku BSE</li> <li>• Aplikasi Media</li> <li>• Internet</li> <li>• Lingkungan</li> </ul> |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar   | Indikator  | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran   | Nilai Karakter | Penilaian  | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|--|--|---------------------|---|----------------|--|---------------|----------------|
|                | <p>kelenturan tungkai)</p> <p>4.5 Mempratikkan latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)</p> | <p>kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)</p> <p>4.5.1 Berlatih melakukan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai)</p> <p>4.5.1 Mempratikkan gerakan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan</p> |                     | <p>melaporkan/ memaparkan hasil pengamatan dihadapan guru dan teman sekelas tentang menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai terhadap kesehatan tubuh.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>Siswa membuat kesimpulan hasil diskusi tentang latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi</li> </ul> |                | <p>orang lain</p> <p>Penilaian Diri:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah</li> </ul> <p>Pengetahuan:<br/>Tes Tertulis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan cara menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai</li> </ul> <p>Keterampilan:<br/>Praktik/Kinerja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mempresentasikan cara menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai</li> </ul> <p>Portofolio</p> |               |                |

| Mata Pelajaran | Kompetensi Dasar | Indikator   | Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran   | Nilai Karakter | Penilaian   | Alokasi Waktu | Sumber Belajar |
|----------------|------------------|---|---------------------|---|----------------|---|---------------|----------------|
|                |                  | melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai) |                     | secara sederhana terhadap kesehatan tubuh secara individual atau berkelompok dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama. |                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Kemampuan mengetahui cara menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai</li> </ul> |               |                |

Mengetahui,  
Kepala SD/MI Sapawi,S.Pd

**Sapawi,S.Pd**  
NIP. 196105151982021006

....., 2019  
Guru Kelas

**H.Erwani,S.Pd**  
NIP. 197206212008011010

**NB: Untuk Permainan Bola Kecil dan Bola Besar bisa dipilih salah satu sub materinya sesuai dengan fasilitas yang ada di sekolah**