

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SD N 1 PURWOGONDO  
**Kelas / Semester** : I (Satu) / 1  
**Tema 1** : Diriku  
**Sub Tema 1** : Aku dan Teman Baru  
**Alokasi Waktu** : 1 x Pertemuan ( 4 X 35 menit )

**A. KOMPETENSI INTI (KI)**

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahunya tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

**B. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR**

**PJOK**

**Kompetensi Dasar (KD) :**

3.1 Memahami prosedur gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

4.1 Mempraktikkan prosedur gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

**Indikator :**

3.1.1 Menjelaskan prosedur gerakan berjalan satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

4.1.1 Mempraktikkan prosedur gerakan berjalan satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

**C. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Setelah melakukan gerakan pada permainan sederhana, siswa dapat berjalan lurus ke satu arah dengan tepat.
2. Dengan permainan sederhana, siswa dapat bekerjasama dengan teman.
3. Dengan mendengar arahan dari guru, siswa dapat mempraktikkan gerakan berjalan lurus ke satu arah dengan benar.
4. Dengan memperhatikan contoh dari guru, siswa dapat mempraktikkan jalan berpasangan sambil bergandengan tangan.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan** :  
Religius  
Nasionalis  
Mandiri  
Gotong Royong  
Integritas

#### D. MATERI PEMBELAJARAN

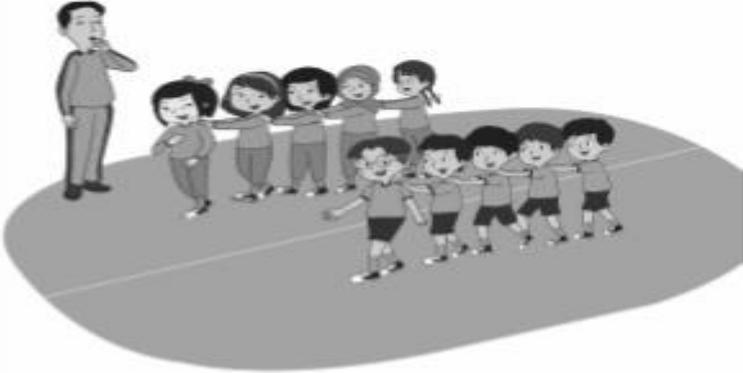
- Mengetahui Bilangan bersama Teman
- Berdiskusi untuk Mengetahui Teman Baru

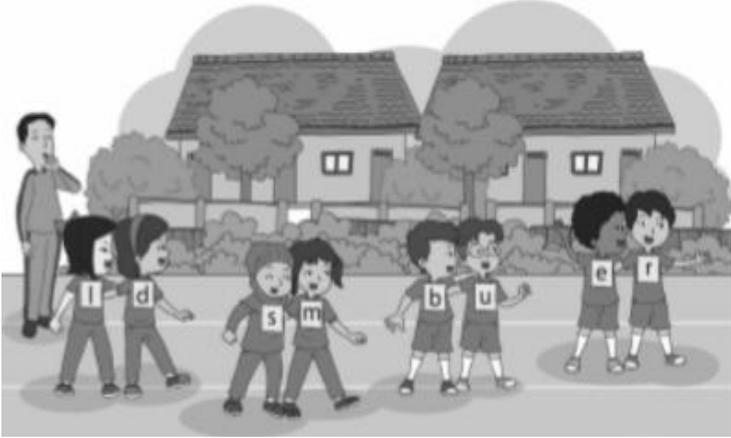
#### E. METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan : Saintifik
- Metode : Permainan/simulasi, diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

#### F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Guru memberi salam kepada siswa saat akan memulai pelajaran dan memimpin berdoa. <b>Religius</b></li><li>• Memeriksa kehadiran siswa</li><li>• Menyanyikan Lagu Indonesia Raya, Lagu Nasional, dan Lagu Daerah <b>Nasionalis</b></li><li>• Guru menanyakan kabar kepada siswa. “Bagaimana keadaan kalian? Sehat?” “Apakah kalian masih ingat nama temanteman baru?”</li><li>• Guru lalu menunjuk salah satu siswa dan meminta siswa tersebut untuk mengingat 3-5 nama teman baru sambil menunjuk teman yang dimaksud. Kegiatan ini dilakukan dua kali, sekedar pengulangan untuk mengamati apakah para siswa masih ingat nama teman barunya. Bisa juga metode bentuk pengulangan materi dengan menyanyikan lagu “Siapa Namamu?” <b>Communication</b></li><li>• Setelah kegiatan pengulangan, lalu guru memulai pembelajaran.</li></ul>	20 menit
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas. <b>Communication</b></li><li>• Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok, perempuan dan laki-laki terpisah. <b>Gotong Royong</b></li><li>• Guru meminta setiap kelompok berdiri membentuk satu barisan ke belakang. Siswa di setiap kelompok berdiri sambil memegang pundak teman di depannya. <b>Collaboration</b></li><li>• Semua barisan kelompok berdiri di garis awal yang sudah ditentukan oleh guru. Setelah diberi aba-aba, semua kelompok akan berlomba berjalan lurus ke satu arah menuju garis akhir yang sudah diberi tanda oleh guru. <b>Communication</b></li><li>• Guru mengulangi kegiatan ini sebanyak dua kali. Siswa yang tadi berdiri paling depan pindah ke urutan paling akhir, lalu siswa yang berdiri di urutan kedua maju menjadi siswa yang paling depan. <b>Communication</b></li><li>• Setelah kegiatan bermain di luar selesai, siswa dipersilahkan beristirahat di dalam kelas.</li><li>• Siswa diminta melakukan pemanasan sebelum melakukan kegiatan olahraga. Seluruh siswa berjalan dengan rapi</li></ul>	100 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>mengelilingi lapangan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah pemanasan selesai, siswa dibagi menjadi dua kelompok yang sama banyaknya. Seluruh siswa di setiap kelompok diminta berbaris berjajar yang rapi saling berhadapan. Satu kelompok di sisi sebelah kiri, kelompok yang lain di sisi sebelah kanan guru. <b>Collaboration</b></li> <li>• Seluruh siswa diminta berjalan lurus ke satu arah menuju siswa yang berjajar di hadapan masing-masing. Kedua kelompok siswa saling bertukar posisi. <b>Critical Thinking and Problem Solving</b></li> <li>• Setelah itu siswa diminta untuk mencari pasangan yang telah ditentukan sebelumnya. Karena nanti akan berpegangan tangan, siswa perempuan berpasangan dengan siswa perempuan, siswa laki-laki dengan siswa laki-laki. Setiap pasangan salah satu anggotanya memiliki nama dengan huruf pertama adalah konsonan. <b>Creativity and Innovation</b></li> <li>• Siswa lalu diminta untuk saling berpegangan tangan. <b>Gotong Royong</b></li> <li>• Seluruh pasangan dibagi dalam dua kelompok yang sama banyaknya dan berdiri berjajar saling berhadapan</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Bergerak Bersama Teman</b></p> <p>Amati gambar di bawah ini.  Apakah yang sedang mereka lakukan?  Bagaimana mereka berjalan?  Lakukan bersama teman-temanmu.</p> 	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p style="text-align: center;">Berjalan Berpasangan dengan Teman</p> <p>Amati gambar di bawah ini.            Apakah yang mereka lakukan?            Bagaimana cara mereka berjalan?            Apa yang mereka kalungkan di leher?</p> 	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Setelah selesai, guru bersama siswa menyimpulkan bahwa semua siswa mempunyai nama lengkap dan panggilan. Nama-nama mereka semuanya bagus. Adanya nama membuat kita menjadi saling mengenal. <i>Integritas</i></li> </ul>	<p>20 menit</p>

**G. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN**

- Buku Siswa Tema : *Diriku* Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2014, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- Buku Siswa Tema : *Diriku* Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
- Potongan kertas bertuliskan angka 1 - 5 sebanyak 3 set atau lebih

**H. PENILAIAN**

1. Praktik
2. Tertulis

MENGETAHUI,  
 KEPALA SD N 1 PURWOGONDO

KALIPURWO, .....  
 GURU PENJASORKES

SAYIDI, S.Pd. SD  
 NIP. 19640206 198806 1 002

HUSEN FITRIANSYAH, S.Pd  
 NIP. 19800813 200903 1 007

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SD N 1 PURWOGONDO  
**Kelas / Semester** : I (Satu) / 1  
**Tema 1** : Diriku  
**Sub Tema 2** : Tubuhku  
**Alokasi Waktu** : 1 x Pertemuan (4 X 35 menit)

**A. KOMPETENSI INTI (KI)**

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahunya tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

**B. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR**

**PJOK**

**Kompetensi Dasar (KD) :**

3.8 Memahami bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian.

4.8 Menceritakan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian

**Indikator:**

3.8.1 Mengidentifikasi bagian-bagian tubuh

4.8.1 Menceritakan guna bagian-bagian tubuh

**C. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Dengan bermain “Guru Berkata”, siswa dapat menunjukkan anggota tubuhnya.
2. Dengan berkumpul bersama teman, siswa dapat menceritakan guna bagian-bagian tubuh.
3. Dengan berlatih, siswa dapat mengidentifikasi bagian-bagian tubuh dan kegunaannya.
4. Dengan berdiskusi bersama teman, siswa dapat bertukar informasi tentang bagian-bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan** :  
Religius  
Nasionalis  
Mandiri  
Gotong Royong  
Integritas

**D. MATERI PEMBELAJARAN**

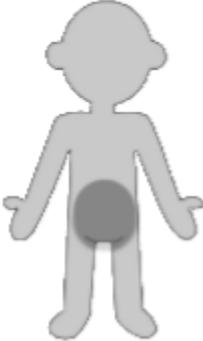
- Nama-nama Anggota Tubuh

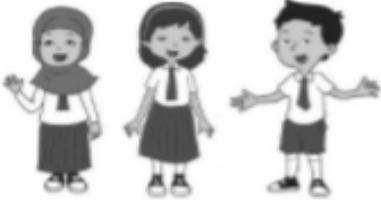
**E. METODE PEMBELAJARAN**

- Pendekatan : Saintifik
- Metode : Permainan/simulasi, diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

## F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing. <b>Religius</b></li> <li>• Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>• Menyanyikan Lagu Indonesia Raya, Lagu Nasional, dan Lagu Daerah <b>Nasionalis</b></li> <li>• Guru mengecek kesiapan diri dengan mengisi lembar kehadiran dan memeriksa kerapihan pakaian, posisi dan tempat duduk disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran. <b>Communication</b></li> <li>• Menginformasikan tema yang akan dibelajarkan yaitu tentang "Tubuhku". <b>Mandiri</b></li> <li>• Guru menyampaikan tahapan kegiatan yang meliputi kegiatan mengamati, menanya, mengeksplorasi, mengomunikasikan dan menyimpulkan. <b>Communication</b></li> </ul>	20 menit
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Setelah siswa paham aturan permainannya, maka guru bisa langsung memulai permainan "Guru berkata". <b>Communication</b></li> <li>• Guru bisa mengamati siswa yang dapat mengikuti dan tidak dapat mengikuti permainan tersebut. Ada dua kemungkinan. Pertama konsentrasi siswa belum sepenuhnya ke guru atau siswa belum dapat menunjukkan bagian-bagian tubuh yang dimaksud.</li> <li>• Setelah permainan selesai, guru menanyakan kepada siswa bagaimana perasaan mereka setelah mengikuti permainan tersebut. Apakah ada yang sulit? Bagian mana? <b>Mandiri</b></li> <li>• Guru lalu membagi siswa dalam beberapa kelompok. Masing-masing kelompok ditugaskan untuk berdiskusi dan bercerita tentang bagianbagian anggota tubuh beserta kegunaannya. (lihat buku siswa halaman 45). <b>Collaboration</b></li> <li>• Guru memberi waktu 15 menit kepada setiap kelompok. Setelah itu, guru meminta perwakilan dari setiap kelompok untuk bercerita tentang hasil kerja kelompoknya, yaitu menceritakan tentang bagian-bagian anggota tubuh beserta kegunaannya. <b>Literasi</b></li> <li>• Guru mengamati kegiatan tersebut untuk mencari tahu seberapa banyak yang bisa diketahui siswa tentang bagian-bagian tubuh serta kegunaannya. <b>Mandiri</b></li> </ul>	100 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p style="text-align: center;"><b>Ber cerita tentang Anggota Tubuh</b></p> <p>Kamu sudah mengenal anggota tubuh. Tunjukkan anggota tubuh yang kamu ketahui. Ceritakan guna anggota tubuhmu pada teman. Lakukan secara bergantian.</p>  <p>Tunjukkan tanganmu. Apakah gunanya tangan?</p> <p>Amati gambar berikut ini.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; border: 1px dashed gray; padding: 10px;"> <div style="text-align: center;"> <p>Tubuh bagian depan</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Tubuh bagian belakang</p>  </div> </div> <p>Perhatikan lingkaran berwarna merah. Itulah bagian tubuh yang tidak boleh disentuh orang lain. Jagalah tubuhmu dengan baik. Jika ada yang mau menyentuh bagian tubuhmu di lingkaran merah, katakan "tidak". Laporkan kepada guru atau orang tua.</p>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p style="text-align: center;"><b>Menjaga Bagian-Bagian Tubuh</b></p> <p>Kamu sudah mengenal bagian-bagian tubuh. Tubuh harus dijaga agar sehat. Amati gambar berikut.</p>  <p>Ada bagian tubuh yang boleh disentuh orang lain. Ada bagian tubuh yang tidak boleh disentuh orang lain. Ajak temanmu mengamati gambar. Bagian tubuh mana yang boleh disentuh orang lain? Bagian tubuh mana yang tidak boleh disentuh orang lain? Mengapa?</p> 	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bersama-sama siswa membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar selama sehari <b>Integritas</b></li> <li>Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi)</li> <li>Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pembelajaran yang telah diikuti.</li> <li>Melakukan penilaian hasil belajar</li> <li>Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) <b>Religius</b></li> </ul>	<p>20 menit</p>

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu

#### G. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN

- Buku Siswa Tema : *Diriku* Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2014, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- Gambar anggota tubuh yang sudah dilengkapi dengan nama-namanya
- Gambar anggota tubuh yang belum dilengkapi dengan nama-namanya
- Kartu nama-nama anggota tubuh (lima set)
- Gambar bagian-bagian tubuh (disiapkan oleh guru)

#### H. PENILAIAN

1. Praktik
2. Tertulis

MENGETAHUI,  
KEPALA SD N 1 PURWOGONDO

KALIPURWO, .....  
GURU PENJASORKES

SAYIDI, S.Pd. SD  
NIP. 19640206 198806 1 002

HUSEN FITRIANSYAH, S.Pd  
NIP. 19800813 200903 1 007

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SD N 1 PURWOGONDO  
**Kelas / Semester** : I (Satu) / 1  
**Tema 1** : Diriku  
**Sub Tema 3** : Aku Merawat Tubuhku  
**Alokasi Waktu** : 1 x Pertemuan (4 X 35 menit)

**A. KOMPETENSI INTI (KI)**

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

**B. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR**

**PJOK**

**Kompetensi Dasar (KD) :**

3.4 Memahami prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

3.8 Memahami bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian.

4.4 Mempraktikkan prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

4.8. Menceritakan bagianbagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian.

**Indikator:**

3.4.3 Menjelaskan prosedur menjaga sikap berdiri secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

3.8.3 Menjelaskan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh

3.8.4 Menjelaskan cara menjaga kebersihan pakaian

4.4.3 Mempraktikkan prosedur menjaga sikap berdiri secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

4.8.3 Menceritakan cara menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh

4.8.4 Menceritakan cara menjaga kebersihan pakaian

**C. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Dengan mengamati contoh sikap berdiri yang diperagakan oleh guru, siswa dapat menjelaskan prosedur menjaga sikap berdiri secara lentur dan seimbang dengan runtun dan percaya diri
2. Setelah melakukan kegiatan baris berbaris, siswa dapat mempraktikkan prosedur menjaga sikap berdiri secara lentur dan seimbang dengan tepat

3. Setelah melakukan berbagai posisi jarak antara mata dengan media menulis, siswa dapat menunjukkan gambar jarak yang baik antara mata dan media menulis dengan benar
4. Setelah mendengarkan cerita tentang cara menjaga kebersihan tubuh, siswa dapat menjelaskan cara menjaga kebersihan rambut, badan, gigi, kuku, dan telinga dengan runtun
5. Setelah mendengarkan cerita tentang cara menjaga kebersihan tubuh, siswa dapat menceritakan pengalaman menjaga kebersihan rambut, badan, gigi, kuku, dan telinga di rumah dengan lengkap
6. Dengan menyimak peragaan guru tentang cara menjaga kebersihan pakaian, siswa dapat menjelaskan cara menjaga kebersihan pakaian saat sedang dipakai dan setelah dipakai dengan tepat
7. Setelah mendengarkan cerita tentang cara menjaga kebersihan pakaian, siswa dapat menceritakan rangkaian kegiatan mencuci pakaian dengan lengkap

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :**
- Religius
  - Nasionalis
  - Mandiri
  - Gotong Royong
  - Integritas

#### D. MATERI PEMBELAJARAN

- Menjaga sikap berdiri
- Menjaga kebersihan tubuh
- Menjaga kebersihan Pakaian

#### E. METODE PEMBELAJARAN

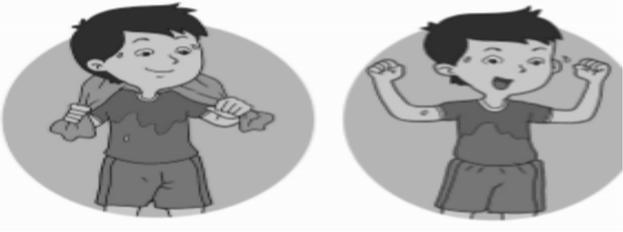
- Pendekatan : Sainifik
- Metode : Permainan/simulasi, diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

#### D. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menyapa siswa dan mengkondisikan kelas agar siap untuk belajar.</li> <li>• Salah satu siswa diminta untuk memimpin doa. <b>Religius</b></li> <li>• Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>• Menyanyikan Lagu Indonesia Raya, Lagu Nasional, dan Lagu Daerah <b>Nasionalis</b></li> <li>• Guru mengingatkan siswa tentang pelajaran sebelumnya dan mengaitkan dengan pelajaran yang akan disampaikan. <b>Communication</b></li> <li>• Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan kegiatan belajar.</li> </ul>	20 menit
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa diajak untuk berkumpul di lapangan dan mengamati kondisi tubuh masing-masing. <b>Communication</b></li> <li>• Guru bertanya mengenai perasaan siswa terhadap anggota tubuh yang dimilikinya serta tanyakan apakah mereka telah merawat tubuh dengan baik.</li> </ul>	100 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sampaikan bahwa salah satu cara merawat tubuh adalah dengan memperhatikan sikap tubuh saat melakukan berbagai aktivitas seperti membaca, menulis, maupun berdiri.</li> <li>• Guru dan siswa melakukan pemanasan bersama-sama sebelum memulai kegiatan olahraga. Pemanasan merupakan salah satu cara untuk mencegah tubuh terasa sakit saat berolahraga.</li> </ul> <p><b>Integritas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menceritakan kegiatan upacara bendera <b>Literasi</b></li> <li>• Berikan kesempatan pada siswa untuk mengajukan pertanyaan atau bercerita yang berkaitan dengan upacara bendera.</li> <li>• Tanyakan pada siswa bagaimana sikap yang baik saat sedang melakukan upacara bendera. <b>Mandiri</b></li> <li>• Setelah berdiskusi dengan siswa mengenai sikap berdiri saat upacara, sampaikan pada siswa bahwa pada pertemuan hari ini akan dilakukan latihan baris berbaris. <b>Collaboration</b></li> <li>• Berikan kesempatan pada siswa untuk menunjukkan sikap tubuh yang telah mereka ketahui. <b>Communication</b></li> <li>• Peragakan sikap tubuh berdiri yang baik agar dapat diikuti oleh siswa.</li> <li>• Guru juga memberi contoh instruksi saat berbaris seperti: “siap grak!” “Lencang depan grak!” dan “tegak grak!”</li> <li>• Minta siswa untuk saling mengamati sikap berdiri yang dilakukan dengan teman yang posisinya berdekatan. <b>Mandiri</b></li> <li>• Guru mengoreksi jika ada kekeliruan-kekeliruan siswa dalam melakukan gerakan tersebut.</li> <li>• Siswa diminta untuk membuat kelompok dan melakukan latihan baris berbaris. <b>Gotong Royong</b></li> <li>• Setelah kegiatan baris berbaris guru memandu siswa melakukan pendinginan</li> <li>• Setelah selesai berolahraga, ingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga sebelum melakukan aktivitas yang lain sebagai salah satu aktivitas merawat tubuh. <b>Mandiri</b></li> <li>• Guru mengajak siswa untuk terlibat dalam menentukan kelanjutan cerita tersebut. Tanyakan pada siswa, apa yang sebaiknya dilakukan oleh Udin?</li> <li>• Guru menunjukkan sabun, sampo, sikat gigi, pasta gigi, dan cotton buds pada siswa. Tanyakan pada siswa apakah benda-benda tersebut dapat digunakan untuk membantu Udin? <b>Communication</b></li> <li>• Guru melanjutkan cerita berdasarkan masukan dari siswa. Sampaikan cara-cara mandi, keramas, sikat gigi, gunting kuku, dan membersihkan telinga. <b>Literasi</b></li> <li>• Setelah bahasan tentang menjaga kebersihan tubuh selesai, tunjukkan pada siswa contoh pakaian yang bersih dan kotor. Tanyakan pada siswa perbedaan yang terdapat pada pakaian tersebut. <b>Critical Thinking and Problem Solving</b></li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Tubuh yang terawat akan selalu kuat.  Berdirilah dengan tegak agar tulangmu sehat.  Perhatikan sikap tubuh agar tetap seimbang.  Amati kegiatan yang dilakukan Udin dan teman-teman.</p>  <p>Mari kita belajar berbaris.  Atur barisan supaya rapi.  Berdirilah dengan tegak agar tubuh seimbang.  Apakah kamu bisa menjaga sikap berdiri dengan seimbang?</p> <p style="text-align: center;"><b>Menjaga Kebersihan tubuh</b></p>  <p>Udin mandi sebelum ke sekolah.  Udin mandi setelah bermain.  Mandi untuk membersihkan tubuh.</p>  <p>Udin rajin mencuci rambut.  Udin memotong kuku secara teratur.  Udin mengganti pakaian setiap hari.</p>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Perhatikan gambar di bawah ini.</p>  <p>Kulit adalah bagian tubuh. Kulit mudah mengeluarkan keringat. Debu mudah menempel pada kulit yang berkeringat. Karenanya kulit harus dirawat. Bagaimana caranya? Ayo, diskusikan dengan temanmu.</p> <p>Udin rajin merawat tubuh. Udin tampak bersih dan sehat. Tubuh dan pakaian Udin selalu bersih dan wangi. Udin selalu mengganti baju yang kotor.</p> <p>Setelah itu, Udin membantu Ibu mencuci bajunya. Udin biasa membantu Ibunya. Tahukah kamu cara mencuci baju?</p>  <p>Ayo bantu ibu menjaga kebersihan pakaian dan mencucinya sendiri.</p>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sebagai penutup siswa diminta melakukan refleksi kegiatan yang sudah mereka lakukan sepanjang hari ini.</li> <li>• Pelajaran ditutup dengan doa bersama <i>Religius</i></li> </ul>	<p>20 menit</p>

#### E. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN

- Buku Siswa Tema : *Diriku* Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2014, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- Poster kegiatan sedang mencuci tangan, berdoa dan makan (jika ada)
- Kapur tulis

#### H. PENILAIAN

1. Praktik
2. Tertulis

MENGETAHUI,  
KEPALA SD N 1 PURWOGONDO

KALIPURWO, .....  
GURU PENJASORKES

SAYIDI, S.Pd. SD  
NIP. 19640206 198806 1 002

HUSEN FITRIANSYAH, S.Pd  
NIP. 19800813 200903 1 007

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

**Satuan Pendidikan** : SD N 1 PURWOGONDO  
**Kelas / Semester** : I (Satu) / 1  
**Tema 1** : Diriku  
**Sub Tema 4** : Aku Istimewa  
**Alokasi Waktu** : 1 x Pertemuan (4 X 35 menit)

### A. KOMPETENSI INTI (KI)

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahunya tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

### B. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR

#### PJOK

#### Kompetensi Dasar (KD) :

3.4 Memahami prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

4.4 Mempraktikkan prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

#### Indikator:

3.4.4 Menjelaskan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional

4.4.4 Mempraktikkan prosedur menjaga sikap berjalan secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional

### C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan guru, siswa dapat mengidentifikasi sikap berjalan lentur dan seimbang
2. Dengan melewati balok keseimbangan, siswa dapat mempraktikkan sikap berjalan lentur dan seimbang dengan tepat dan percaya diri.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan** :  
Religius  
Nasionalis  
Mandiri  
Gotong Royong  
Integritas

### D. Materi Pembelajaran

- Kelenturan
- Keseimbangan

## E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menyapa siswa dan mengkondisikan kelas agar siap untuk belajar.</li> <li>• Salah satu siswa diminta untuk memimpin doa. <b>Religius</b></li> <li>• Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>• Menyanyikan Lagu Indonesia Raya, Lagu Nasional, dan Lagu Daerah <b>Nasionalis</b></li> <li>• Guru mengingatkan siswa tentang pelajaran sebelumnya dan mengaitkan dengan pelajaran yang akan disampaikan. <b>Communication</b></li> <li>• Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan kegiatan belajar.</li> </ul>	20 menit
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengajak siswa untuk mengamati kosa kata yang terdapat pada teks dalam buku siswa. <b>Communication</b></li> <li>• Guru mengajak siswa untuk melafalkan berbagai huruf konsonan.</li> <li>• Guru mengajak siswa untuk bermain menemukan kartu huruf.</li> <li>• Sebar kartu-kartu huruf di berbagai sudut kelas.</li> <li>• Minta siswa untuk menemukan sebanyak-banyaknya huruf konsonan. <b>Mandiri</b></li> <li>• Siswa yang menemukan kartu huruf paling banyak dipersilahkan untuk mengikuti permainan meniti balok lebih dulu.</li> <li>• Guru mengajak siswa untuk bermain memindahkan huruf konsonan sambil meniti balok keseimbangan. <b>Creativity and Innovation</b></li> <li>• Guru mengajak siswa ke luar kelas menuju halaman sekolah/lapangan olahraga sekolah.</li> <li>• Siswa menyimak penjelasan guru mengenai sikap berjalan yang lentur dan seimbang</li> <li>• Sebelum memulai latihan siswa melakukan gerakan pemanasan mengikuti instruksi guru. <b>Mandiri</b></li> <li>• Setelah pemanasan, guru mencontohkan bagaimana melakukan gerakan berjalan meniti balok keseimbangan.</li> <li>• Guru meminta siswa mencoba melakukan gerakan yang sudah dicontohkan. <b>Mandiri</b></li> <li>• Guru memandu siswa melakukan gerakan tersebut satu per satu, sambil mengamati gerakan-gerakan siswa.</li> <li>• Guru mengoreksi jika ada kekeliruan-kekeliruan siswa dalam melakukan gerakan tersebut.</li> <li>• Sebelumnya guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</li> <li>• Guru mengajak siswa untuk berjalan mengitari lapangan dengan memperhatikan sikap berjalan lentur dan seimbang sebagai bagian dari pemanasan.</li> <li>• Guru mengajak siswa untuk bermain menelusuri jejak.</li> <li>• Guru menyampaikan bahwa siswa akan dibagi menjadi beberapa kelompok dan setiap kelompok harus menyusuri tali rafia yang</li> </ul>	100 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>telah dipasang oleh guru. <i>Collaboration</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Setiap kelompok bertugas untuk menyebutkan posisi akhir dari jejak yang mereka telusuri.</li> <li>• Guru menyampaikan bahwa diperlukan sikap berjalan seimbang agar dapat menyusuri jejak dengan tepat.</li> <li>• Guru juga menyampaikan bahwa diperlukan kerjasama dengan teman kelompok agar tidak terjatuh saat berjalan. <i>Gotong Royong</i></li> <li>• Setelah seluruh siswa menyimak peragaan guru, guru meminta siswa untuk membagi kelompok.</li> <li>• Setiap kelompok diminta untuk menyusuri jejak secara bergiliran</li> </ul>  <p>Saat bermain semua riang. Permainan banyak macamnya. Ada yang pandai bermain lompat tali. Ada yang suka meniti balok. Ada juga yang suka berlari. Berbeda kesukaan tidak masalah. Kita harus saling menghargai.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•  <p>Ayo Mencoba</p> <p>Meniti balok harus berhati-hati. Langkahkan kaki perlahan. Jaga tubuh tetap seimbang. Agar selamat sampai tujuan.</p> <p>Pernahkah kamu meniti balok? Lakukan bersama teman. Lakukan sambil memindahkan huruf-huruf.</p> </li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	 <p>Udin dan teman-teman bermain menelusuri jejak.  Tiap kelompok berjalan bersama-sama.  Siti dan Udin berdiri paling depan.  Sikap berjalan Udin dan Siti paling lentur dan seimbang.  Yang lain mengikuti di belakangnya.  Kemampuan setiap anak berbeda-beda.  Namun, semua bekerja sama.</p> <p>Kelompok Udin berhasil mencapai tujuan akhir.  Kelompok Siti tertinggal di belakang.  Siti, Dayu, dan Lani tidak kecewa.  Semua anak istimewa.</p>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saat siswa kembali ke kelas, guru menugaskan siswa untuk mewawancarai kegiatan yang disukai oleh anggota keluarga di rumah. <b>Integritas</b></li> </ul> <p>Hasil wawancara dibawa ke sekolah pada pertemuan esok hari.  Salah seorang siswa diminta maju ke depan untuk memimpin doa setelah pelajaran berakhir. <b>Religius</b></p>	20 menit

#### F. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN

- Buku Siswa Tema : *Diriku* Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2014, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014).
- Tali rafia atau sejenisnya, gunting, kertas dan lem

#### G. PENILAIAN

- Praktik
- Tertulis

MENGETAHUI,  
KEPALA SD N 1 PURWOGONDO

KALIPURWO, .....  
GURU PENJASORKES

SAYIDI, S.Pd. SD  
NIP. 19640206 198806 1 002

HUSEN FITRIANSYAH, S.Pd  
NIP. 19800813 200903 1 007