

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 GIRIMOYO  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas /Semester** : III/Genap  
**Tema** : Tema 8 Praja muda karena Subtema 1 Aku anggota pramuka  
**KEBUGARAN JASMANI**  
**(Prosedur Gerak Secara Seimbang, Lentur, Lincah, Dan Berdaya Tahan Dalam Rangka Pengembangan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Sederhana Dan Atau Tradisional)**  
**Tahun Pelajaran** : 2021/2022  
**Alokasi Waktu** : 3x40 Menit (1 Pertemuan)  
**Pengajar** : Mohamad Davit Kholili, S.Pd

### A. KOMPETENSI INTI (KI)

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga.
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 dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.4 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.	3.4.1 Mengidentifikasi prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional
4.4 Mempraktikkan bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.	4.4.1 Memperagakan bergerak seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam bentuk permainan sederhana dan atau tradisional sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru

### C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran melalui daring dan menggunakan model pembelajaran problem based learning dengan mengembangkan Pendidikan Penguatan Karakter (PPK) jujur, disiplin, dan percaya diri yang diterapkan di sekolah. Peserta didik (Audiens) mampu Mengidentifikasi (Behaviors), menganalisa, dan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional. Serta untuk menghasilkan gerak yang efektif (Degree) secara individu maupun berkelompok (Condition) melalui proses analisis gambar, maupun presentasi yang dimediasi oleh guru.

### D. Materi Pembelajaran

**Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional:**

- ❖ Bermain lompat dengan satu kaki (engklek)

## E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Saintific Approach (berpusat pada siswa)
2. Model Pembelajaran : Problem Based Learning (pembelajaran berbasis masalah)

## F. Media Pembelajaran dan alat

1. Sosial media (WhatsApp)
2. Zoom Meeting/ Goole Meet
3. Laptop/ Hp Android
4. Bahan Tayang (Video Youtube,PPT)

## G. Sumber Belajar


1. Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 3 Kurikulum 2013
2. Buku Pegangan Siswa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 3 Kurikulum 2013
3. Modul (Google Sites) <https://sites.google.com/view/davit-kelas-3/girida-sport-e-learning>

## H. Langkah-langkah Pembelajaran

### Kegiatan Pendahuluan

1. Pertemuan Ke-1 ( 4 x 35 menit )		Waktu
<b>Penguatan Pendidikan ( Disiplin ) Karakter</b>	<p><b>+</b> <b>Orientasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melalui zoom meeting/ goole meet guru:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pembukaan dengan salam pembuka</li> <li>• Berdo'a untuk mengawali pembelajaran</li> <li>• Menyanyikan salah satu Lagu Wajib/Lagu Nasional. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat Nasionalisme</li> </ul> </li> <li>❖ Guru melakukan presensi/ mengecek kehadiran peserta didik</li> </ul> <p><b>+</b> <b>Apersepsi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Guru menyampaikan penguatan dari materi sebelumnya</li> <li>❖ Guru mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan, dengan pengalaman peserta didik dalam kehidupan sehari-hari</li> </ul> <p><b>+</b> <b>Motivasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Guru melakukan pembagian kelompok belajar</li> <li>❖ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional</li> </ul>	<b>20 menit</b>

### Kegiatan Inti

Sintak Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	<b>100 menit</b>
Orientasi peserta didik kepada masalah <b>Stimulation (stimulasi/ pemberian rangsangan)</b>	<p><i>KEGIATAN LITERASI</i></p> <p><b>+</b> <b>Mengamati</b></p> <p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melihat Menyangkan gambar/foto/bahan ajar melalui google meet/zoom</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mengamati lembar kerja, pemberian contoh-contoh materi/soal untuk dapat dikembangkan peserta didik, dari media interaktif, dsb</li> <li>❖ Membaca</li> </ul>	

1. Pertemuan Ke-1 ( 4 x 35 menit )		Waktu
	<p>materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mendengar pemberian materi oleh guru yang berkaitan dengan materi</li> <li>❖ Menyimak penjelasan pengantar kegiatan/materi secara garis besar/global tentang materi pelajaran untuk melatih kesungguhan, ketelitian, mencari informasi.</li> </ul>	
<p>Mengorganisasikan peserta didik</p> <p><b>Problem statemen</b> (pertanyaan/identifikasi masalah)</p>	<p><i>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</i></p> <p>✚ <b>Menanya</b></p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mengajukan pertanyaan tentang : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mengidentifikasi prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana atau tradisional yang sesuai seperti apa?</i></li> <li>• <i>Bagaimana memperagakan bergerak seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam bentuk permainan sederhana atau tradisional?</i></li> </ul> </li> </ul> <p>yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat</p>	
<p>Membimbing penyelidikan individu dan kelompok</p> <p><b>Data collection</b> (pengumpulan data)</p>	<p><i>KEGIATAN LITERASI</i></p> <p>✚ <b>Mencoba</b></p> <p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mengamati obyek/kejadian</li> <li>❖ Membaca sumber lain selain buku teks, mengunjungi <i>situs/halaman web</i> dari komputer/hanphone untuk mencari dan membaca artikel tentang materi</li> <li>❖ Mengumpulkan informasi Mengumpulkan data/informasi melalui diskusi kelompok guna menemukan solusi masalah terkait materi pokok</li> <li>❖ Aktivitas <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran.</i></li> <li>• <i>Siswa menerima umpan balik secara langsung dari guru secara daring.</i></li> <li>• <i>Siswa mencoba melaksanakan tugas, dilandasi nilai-nilai jujur, disiplin dan percaya diri.</i></li> </ul> </li> <li>❖ Mempraktikan Peserta didik diminta memperagakan gerakan praktik <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional..</i></li> </ul> </li> </ul>	

1. Pertemuan Ke-1 ( 4 x 35 menit )		Waktu
	<p><i>COLLABORATION (KERJASAMA) dan COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mendiskusikan Saling tukar informasi tentang : <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.</i></li> </ul> </li> </ul> <p>dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok, kemudian dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, disiplin, percaya diri, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.</p>	
Mengembangkan dan menyajikan hasil karya <b>processing (pengolahan Data)</b>	<p><i>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI) dan CREATIVITY (KREATIVITAS)</i></p> <p>✚ <b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mempresentasikan hasil lima gerakan yang telah dikerjakan oleh masing-masing anak dan di diskusikan secara online untuk mengembangkan sikap jujur, disiplin, percaya diri, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan</li> <li>❖ Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan dan ditanggapi oleh siswa yang mempresentasikan</li> <li>❖ Bertanya atas presentasi yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya.</li> <li>❖ Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa: Laporan hasil pengamatan secara tertulis tentang materi</li> </ul>	
mengevaluasi proses pemecahan masalah <b>Generalization (menarik kesimpulan)</b>	<p><i>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI) dan CREATIVITY (KREATIVITAS)</i></p> <p>✚ <b>Mengkomunikasikan</b></p> <p>Peserta didik menerima tanggapan dan koreksi dari guru terkait pembelajaran tentang:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mengolah informasi yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya maupun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.</li> <li>❖ Menyelesaikan uji kompetensi yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran</li> </ul>	
<p><b>Catatan :</b>  <b>Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: jujur, disiplin, dan percaya diri</b></p>		
<p><b>Kegiatan Penutup</b>  Peserta didik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.</li> <li>• Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.</li> </ul>		<b>20 menit</b>

1. Pertemuan Ke-1 ( 4 x 35 menit )	Waktu
Guru : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mereviu pembelajaran dengan siswa.</li> <li>• Memberikan penghargaan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik</li> <li>• Guru menyampaikan recara pembelajaran yang akan datang</li> <li>• Akhiri pertemuan dengan berdoa bersama. Guru dapat juga meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa</li> </ul>	

## I. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

### 1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian Aspek Sikap
- b. Penilaian Kompetensi Pengetahuan
  - 1) Tes Tertulis
    - a) Pilihan ganda
    - b) Uraian/esai
- c. Penilaian Kompetensi Keterampilan

### 2. Instrumen Penilaian (Terlampir)

### 3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

#### a. Remedial

- ❖ Remedial dapat diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai KKM maupun kepada peserta didik yang sudah melampui KKM. Remedial terdiri atas dua bagian : remedial karena belum mencapai KKM dan remedial karena belum mencapai Kompetensi Dasar
- ❖ Guru memberi semangat kepada peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Guru akan memberikan tugas bagi peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriterian Ketuntasan Minimal), misalnya sebagai berikut.
  - ★ *Bagi peserta didik yang belum memahami pelajaran ini, guru memberikan tugas, dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang lebih sederhana.*

#### b. Pengayaan

- ❖ Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada peserta didik yang telah tuntas mencapai KKM atau mencapai Kompetensi Dasar.
- ❖ Direncanakan berdasarkan IPK atau materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas misalnya:
  - ★ *Kesalahan yang sering terjadi pada saat melakukan gerakan keseimbangan.*

Girimoyo, 4 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala SDN 2 Girimoyo

Guru Mata Pelajaran PJOK

Dra. Emy Sulistyaningsih  
NIP. 19640911 198703 2 012

M Davit Kholili, S.Pd.  
NIP. 19840429 201903 1 004

## Penilaian Sikap

Satuan Pendidikan : SDN 2 GIRIMOYO

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas /Semester : III/Genap

Tema : Tema 8 Praja muda karena Subtema 1 Aku anggota pramuka  
 Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No.	NAMA PESERTA DIDIK	SIKAP												TOTAL SKOR
		Jujur				Disiplin				Percaya Diri				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1														
2														

Rubrik penilaian:

1. Apabila peserta didik belum memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator.
2. Apabila sudah memperlihatkan perilaku tetapi belum konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
3. Apabila sudah memperlihatkan perilaku dan sudah konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
4. Apabila sudah memperlihatkan perilaku kebiasaan yang dinyatakan dalam indikator.

Catatan :

Penguasaan nilai disesuaikan dengan karakter yang diinginkan.

Rentang Skor = Skor Maksimal – Skor Minimal

= 16 – 4

= 12

<b>MK =</b>	<b>14 - 16</b>
<b>MB =</b>	<b>11- 13</b>
<b>MT =</b>	<b>8 - 10</b>
<b>BT =</b>	<b>4-7</b>

Keterangan:

BT	Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda- tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).
MT	Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda- tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten).
MB	Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai
MK	Mulai membudaya/terbiasa (apabila peserta didik terus-menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten).

Instrumen:

kriteria	Sangat Baik 4	Baik 3	Cukup 2	Kurang 1
jujur	tindakan selalu sesuai dengan ucapan	tindakan kadang-kadang sesuai dengan ucapan	tindakan kurang sesuai dengan ucapan	tindakan tidak sesuai dengan ucapan
disiplin	mampu menjalankan aturan dengan kesadaran sendiri	mampu menjalankan aturan dengan pengarahan guru	kurang mampu menjalankan aturan	belum mampu menjalankan aturan
percaya diri	tidak terlihat ragu-ragu	terlihat ragu-ragu	memerlukan bantuan guru	belum menunjukkan kepercayaan diri

## Kisi-Kisi Tes Tertulis /Pilihan Ganda

Satuan Pendidikan : SDN 2 GIRIMOYO

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas /Semester : III/Genap

Tema : Tema 8 Praja muda karena Subtema 1 Aku anggota pramuka  
Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jumlah Soal
1	3.4 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional	Gerak keseimbangan dinamis a. Berdiri satu kaki b. Melompat satu kaki dan berpindah	<ul style="list-style-type: none"><li>Menjelaskan prosedur gerak sikap keseimbangan, dan berdiri.</li><li>Menjelaskan prosedur gerak latihan kelenturan otot.</li></ul>	PG	5

Soal Pilihan Ganda:



Pedoman Penskoran Soal Uraian

No. Soal	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar.	1
2	Siswa menyebutkan jawaban salah	0
	Skor Maksimum	

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## Kisi-Kisi Tes Tertulis /Uraian/Essai

Satuan Pendidikan : SDN 2 GIRIMOYO

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas /Semester : III/Genap

Tema : Tema 8 Praja muda karena Subtema 1 Aku anggota pramuka  
 Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jumlah Soal
1	3.5 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional	Gerak keseimbangan dinamis a. Berdiri satu kaki b. Melompat satu kaki dan berpindah	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan prosedur gerak sikap keseimbangan, dan berdiri.</li> <li>Menjelaskan prosedur gerak latihan kelenturan otot.</li> </ul>	Uraian	5

### Contoh butir soal:

1. Dengan bermain tradisional apakah dapat melatih keseimbangan tubuh? (HOTS)
2. Cukupkah dengan gerakan pemanasan saja, badan kita bisa sehat, lentur, dan seimbang? (HOTS)
3. Saat melakukan gerakan permainan engklek, kesulitan apakah yang anak-anak alami? (HOTS)

Nilai :  $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Skor maksimal}}$

### Pedoman Penskoran Soal Uraian

No. Soal	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menjawab dengan baik dan benar.	4
2	Siswa dapat menjawab dengan baik dan benar, tapi kurang lengkap.	3
3	Siswa dapat menjawab tapi salah sebagian besar.	1
	Skor Maksimum	8

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

### Teknik Penilaian

No.	Aspek Penilaian	Kriteria			
		4	3	2	1
1.	Dengan bermain tradisional apakah dapat melatih keseimbangan tubuh	Disebutkan dengan benar dan lengkap	Disebutkan dengan benar dan tetapi kurang lengkap	Disebutkan hanya sebagian dan kurang lengkap	Disebutkan hanya sebagian dan tidak lengkap
2.	Cukupkah dengan gerakan pemanasan saja, badan kita bisa sehat, lentur, dan seimbang	Penjelasan benar dan lengkap	Penjelasan benar tetapi kurang lengkap	Penjelasan tidak benar dan kurang lengkap	Hanya sebagian penjelasan dan tidak lengkap
3.	Saat melakukan gerakan permainan engklek, kesulitan apakah yang anak-anak alami	Urutan benar dan lengkap	Urutan benar tetapi kurang lengkap	Sebagian Urutan tidak benar dan kurang lengkap	Hanya Sebagian Urutan yang benar dan tidak lengkap



## Format Penilaian Praktik

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 GIRIMOYO

**Mata Pelajaran** : PJOK

**Kelas /Semester** : III/Genap

**Tema** : Tema 8 Praja muda karena Subtema 1 Aku anggota pramuka  
**Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional**

**Tahun Pelajaran** : 2021/2022

**Tugas:**

• Peserta didik diminta untuk mencoba mempraktikkan bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani. Yang nantinya dikumpulkan dalam bentuk video dan diunggah melalui goole form, meliputi:

1. Sikap awal/gerakan awal
2. Gerak lanjutan
3. Keseimbangan badan
4. Koordinasi gerakan

**Nama peserta didik** :

**Kelas** :

No	ASPEK YANG DINILAI	Skala Penilaian			
		4	3	2	1
1.	Sikap awal/gerakan awal				
2.	Gerak lanjutan				
3.	Keseimbangan badan				
4.	Koordinasi gerakan				

**Keterangan:**

Kriteria penilaian dapat dilakukan sebagai berikut:

4 = sangat baik 3 = baik 2 = kurang 1 = sangat kurang

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang tersedia, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

Kreteria	Sangat baik	Baik	Cukup	Perlu pendampingan
	4	3	2	1
Kebenaran dan kekuatan gerakan	Mampu berdiri satu kaki sampai hitungan 10 dengan benar dan seimbang	Mampu berdiri satu kaki sampai hitungan 7-9 dengan benar dan seimbang	Mampu berdiri satu kaki sampai hitungan 4-6 dengan benar dan seimbang	Mampu berdiri satu kaki sampai hitungan 1-3 dengan benar dan seimbang
Kebenaran gerakan melompat permainan engklek	Mampu melompat dengan satu kaki sampai garis finish dengan benar dan seimbang	Mampu melompat dengan satu kaki sampai garis finish, namun 1-2 kali sempat kehilangan keseimbangan atau kaki mendarat	Mampu melompat dengan satu kaki sampai garis finish, namun 4-5 kali sempat kehilangan keseimbangan atau kaki mendarat	Mampu melompat dengan satu kaki kurang dari setengah lintasan



## Format Pengayaan

**Satuan Pendidikan** : SDN 2 GIRIMOYO  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Kelas /Semester** : III/Genap  
**Tema** : Tema 8 Praja muda karena Subtema 2 Aku anak mandiri  
          **Prosedur bergerak seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan**  
**Tahun Pelajaran** : 2021/2022

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KB (Ketuntasan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya : pengayaan terhadap enam peserta didik.

No.	Nama Peserta Didik	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Pengayaan	Nilai	
								Awal	Pengayaan
1.	Andi Arif					70		80	85
2.	Fulan H							80	85
3.	Sigit R							80	85

Girimoyo, 4 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala SDN 2 Girimoyo

Guru Mata Pelajaran PJOK

Dra. Emy Sulistyanyingsih  
NIP. 19640911 198703 2 012

M Davit Kholili, S.Pd.  
NIP. 19840429 201903 1 004



# DJOK

## ENGGLEK

### Home Learning

# TAPAK GUNUNG

**PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**SDN 2 GIRIMOYO**

**NAMA** : .....

**KELAS** : .....

**NO. ABSEN** : .....

**LEMBAR KERJA  
PESERTA DIDIK**

**KELAS III**

PETA KONSEP  
PERMAINAN ENGGLEK

**ENGGLEK**



**KESEIMBANGA**

**LENTUR**

**LINCAH**

# PERMAINAN ENGLEK

## KOMPTENSI DASAR

- 3.4 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.
- 4.4 Mempraktikkan bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

## INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

- 3.4.1 Mengidentifikasi prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.4.2 Memperagakan bergerak seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam bentuk permainan sederhana dan atau tradisional sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru

## TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran melalui daring dan menggunakan model pembelajaran problem based learning dengan mengembangkan Pendidikan Penguatan Karakter (PPK) dan Gerakan Literasi Nasional (GLN) yang diterapkan disekolah. Peserta didik (Audiens) mampu Mengidentifikasi (Behaviors), menganalisa, dan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional. Serta untuk menghasilkan gerak yang efektif (Degree) secara individu maupun berkelompok (Condition) melalui proses analisis gambar, maupun presentasi yang dimediasi oleh guru.

## 1. SOAL

Buka (<https://sites.google.com/view/davit-kelas-3/girida-sport-e-learning>)

## 2. SOAL DISKUSI KELOMPOK

NO	SOAL	JAWABAN
1	Diskusikan penyebab sering terjadi kesalahan dalam gerakan engklek	
2	Diskusikan bagaimana menjaga keseimbangan di permainan engklek	
3.	Diskusikan mengapa permainan engklek membutuhkan keseimbangan yang baik	

## 3. TUGAS PRAKTIK

NO	PERINTAH
1	Praktikkan dan rekam gerak permainan engklek secara mandiri
2	Praktikkan dan rekam gerak permainan engklek dengan berkelompok

Catatan: hasil rekaman dikirim melalui google Classroom kelas

## 4. LEMBAR PENILAIAN SIKAP

**Nama peserta didik** :

**Kelas** :

**Materi pokok** :

**Tanggal** :

**KETERANGAN :**

- **4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan**
- **3 = sering , apabila sering (75%) melakukan sesuai dengan pernyataan**
- **2 = jarang, apabila jarang (25%) melakukan sesuai dengan pernyataan**
- **1 = tidak pernah melakukan**

No	Pernyataan	1	2	3	4
1	Saya mengerjakan tugas sendiri dan tidak mencontek				
2	Saya berpartisipasi aktif dalam kegiatan diskusi				
3	Saya melakukan praktik dan rekam dengan sungguh sungguh				
4	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu				

**KOMENTAR GURU**