

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD Inpres Manampak
 Kelas / Semester : 3 / 1
 Tema : Kewajiban dan Hakku (Tema 4)
 Sub Tema : Kewajiban dan Hakku di Rumah (Sub Tema 1)
 Muatan Terpadu : PJOK (3.8, 4.8)
 Jenis Kegiatan : Mengidentifikasi Bentuk- Bentuk Istirahat
 Pembelajaran ke : 2
 Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan membaca teks, siswa dapat menyebutkan bentuk-bentuk aktivitas istirahat untuk menjaga kesehatan.
2. Dengan mengetahui bentuk aktifitas istirahat, siswa dapat menceritakan salah satu bentuk aktivitas istirahat untuk menjaga kesehatan.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. Pembiasaan membaca/menulis (Kegiatan literasi) 4. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan. 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Membaca</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengamati gambar dan menyampaikan apa yang mereka lihat pada gambar. Kemudian siswa membaca teks tentang istirahat siang. Siswa mengidentifikasi bentuk istirahat yang mungkin dilakukan. Guru memancing siswa untuk menyebutkan bentuk istirahat lainnya yang tidak terdapat pada teks. Siswa juga diberi kesempatan menyampaikan pendapatnya tentang kegunaan istirahat siang • Siswa menjawab pertanyaan terkait bentuk-bentuk atau cara istirahat yang mungkin dilakukan. <p>Ayo Berlatih</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa menyebutkan kebiasaan istirahat yang mereka lakukan pada siang hari. Guru memancing siswa menyebutkan tidur siang sebagai salah satu bentuk istirahat untuk menjaga kesehatan. Mintalah siswa menyebutkan kebiasaan yang mereka lakukan berkaitan dengan tidur siang, kewajiban apa yang harus mereka lakukan sebelum dan setelah bangun dari tidur. Siswa mendapat kesempatan untuk berpendapat sesuai dengan pengalamannya masing-masing. Tidak tertutup kemungkinan ada siswa yang tidak biasa beristirahat siang. Guru mengapresiasi dan dapat menyarankan agar siswa meluangkan waktu untuk istirahat siang. • Siswa menuliskan kewajiban berkaitan dengan tidur siang sesuai dengan gambar yang ada. • Setelah memahami beberapa kewajiban terkait tidur siang, siswa menceritakan pengalamannya tentang bentuk istirahat siang yang biasa dilakukan dan kewajiban-kewajibannya pada tempat yang telah disediakan secara tertulis. (Critical Thinking and Problem Formulation) <ul style="list-style-type: none"> ✓ Sebutkan lima cara beristirahat yang bisa kamu lakukan! ✓ Tuliskan pendapatmu!Kewajiban yang berhubungan dengan tidur siang <ol style="list-style-type: none"> 1. ... 2. ... 3. ... 	140 menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • kegiatan diakhiri dengan mengulas kembali apa yang sudah mereka lakukan sejak pagi. • Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi • Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	15 menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

Mengetahui Kepala
Sekolah,

Manampak, 2 Nop. 2021
Guru PJOK

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Penilaian Sikap

Lembar Jurnal Hasil Observasi Sikap Spiritual Jurnal

	Nama Siswa	Ketaatan Beribadah	Perilaku Bersyukur	Kebiasaan Berdoa	Toleransi
1					
2					
3					
4					
5					

Lembar Jurnal Hasil Observasi Sikap Sosial

	Nama Siswa	Jujur	Disiplin	Tanggung Jawab	Santun	Peduli	Percaya Diri
1							
2							
3							
4							
5							

2. Penilaian Pengetahuan

- Menyebutkan bentuk aktivitas istirahat untuk menjaga kesehatan (latihan pada buku siswa)
- Menyebutkan kewajiban berkaitan dengan tidur siang (latihan pada buku siswa)

D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 4 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 4 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3
3. Bentuk- bentuk istirahat untuyk menjaga kesehatan.