

RENCANA PELAKSANAAN PJJ PJOK MASA PANDEMI COVID-19

KELAS 3



SDN.066 PEKKABATA

TAHUN PELAJARAN 2020/2021

**DINAS PENDIDIKAN KABUPATEN POLEWALI MANDAR
PROVINSI SULAWESI BARAT**

TAHUN 2020

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 066 Pekkabata
Kelas /Semester : 3/1 (semester)
Materi : Kombinasi Gerak Dasar Lokomotor
(Permainan Menginjak Garis)
Pertemuan ke- : 1 (Pertama) Senin, 20 Juli 2020

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati contoh Gerak dasar Lokomotor lewat video pembelajaran (youtube) siswa dapat memahami mamfaat Kombinasi gerak dasar lokomotor (Permainan Menginjak Garis)
2. Dengan mengamati video pembelajaran Gerakan Berjalan Mundur yang di berikan oleh guru lewat media pembelajaran Youtube , siswa dapat mempraktekkan cara Permainan Menginjak Garis dengan benar di rumah masing-masing.

B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Kelas dibuka dalam media WatshApp dan Classroom dengan ucapan salam dan menanyakan kabar kepada siswa dan orang tua siswa yang mendampingi siswa dilanjutkan mengisi daftar hadir secara online lewat google form.2. Siswa diberikan waktu untuk berdo'a, sebelum pembelajaran di mulai.(RELIGIUS)3. Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan di rumah masing-masing lewat video pembelajaran kemudian siswa membaca tugas yang akan dikerjakan (LITERASI)	
Kegiatan inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">• Guru menshare ke Classroom dan WhatsApp link video pembelajaran di Youtube https://youtu.be/4619158UnN0 Gerakan Permainan Menginjak Garis.• Siswa menyimak video pembelajaran dari link tersebut di dampingi orang tua <p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa membuat arena lapangan Permainan Menginjak Garis di rumah atau di sekitar rumah masing-masing.• Siswa melakukan pemanasan sebelum mempraktekkan Permainan Menginjak Garis• Siswa mempraktekkan Permainan Menginjak Garis, dilakukan 2-3 kali.	1 hari
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan tugas di akhir Video pembelajaran2. Batas pengumpulan tugas sampai tanggal 27 Juli 20203. Pembelajaran ditutup dengan ucapan salam dan doa kepada siswa masing-masing di rumah .	

C.PENILAIAN

- Penilaian Sikap: lewat pengamatan video
- Penilaian Keterampilan: Praktek lewat video

Mengetahui
Kepala SDN. 066 Pekkabata

Polewali, 20 Juli 2020
Guru PJOK

TALIB, S.Pd.,M.Pd
NIP.196805161991031013

YUSUF, S.Pd
NIP.199109022005021005

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 066 Pekkabata
Kelas /Semester : 3/1 (semester)
Materi : **Kombinasi** Gerak Dasar Lokomotor
(Berjalan mundur dan berlari menyamping)
Pertemuan ke- : 2 (kedua) Senin , 27 Juli 2020

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati contoh Gerak dasar Lokomotor lewat video pembelajaran (youtube) siswa dapat memahami mamfaat Kombinasi gerak dasar lokomotor (Berjalan mundur dan berlari menyamping)
2. Dengan mengamati video pembelajaran Gerakan Berjalan mundur dan berlari menyamping yang di berikan oleh guru lewat media pembelajaran Youtube , siswa dapat mempraktekkan cara Berjalan mundur dan berlari menyamping dengan benar di rumah masing-masing.

B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Kelas dibuka dalam media Classroom dan WatshApp dengan ucapan salam dan menanyakan kabar kepada siswa dan orang tua siswa yang mendampingi siswa dilanjutkan mengisi daftar hadir secara online lewat google form.2. Siswa diberikan waktu untuk berdo'a, sebelum pembelajaran di mulai.(RELIGIUS)3. Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan di rumah masing-masing lewat video pembelajaran kemudian siswa membaca tugas yang akan dikerjakan (LITERASI)	
Kegiatan inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">• Guru menshare ke Classroom dan WhatsApp link video pembelajaran di Youtube https://youtu.be/TDfnTSquLQs Gerakan Berjalan mundur dan berlari menyamping.• Siswa menyimak video pembelajaran dari link tersebut di dampingi orang tua <p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none">• Siswa membuat lintasan gerak Berjalan mundur dan berlari menyamping di rumah atau di sekitar rumah masing-masing.• Siswa melakukan pemanasan sebelum mempraktekkan Berjalan mundur dan berlari menyamping.• Siswa mempraktekkan gerakan Berjalan mundur dan berlari menyamping, dilakukan 2-3 kali.	1 hari
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan tugas di akhir Video pembelajaran2. Batas pengumpulan tugas sampai tanggal 03 Agustus 20203. Pembelajaran ditutup dengan ucapan salam dan doa kepada siswa masing-masing di rumah .	

C.PENILAIAN

- Penilaian Sikap: lewat pengamatan video
- Penilaian Keterampilan: Praktek lewat video

Mengetahui
Kepala SDN. 066 Pekkabata

Polewali, 27 Juli 2020
Guru PJOK

TALIB, S.Pd.,M.Pd
NIP.196805161991031013

YUSUF, S.Pd
NIP.199109022005021005

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 066 Pekkabata
Kelas /Semester : 3/1 (semester)
Materi : Kombinasi Gerak Dasar Lokomotor
 (Berjalan silang dan meloncat kebelakang)
Pertemuan ke- : 3 (ketiga) Senin, 03 Agustus 2020

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati contoh Gerak dasar Lokomotor lewat video pembelajaran (youtube) siswa dapat memahami mamfaat Kombinasi gerak dasar lokomotor (Berjalan silang dan meloncat kebelakang)
2. Dengan mengamati video pembelajaran Gerakan Berjalan silang dan meloncat kebelakang yang di berikan oleh guru lewat media pembelajaran Youtube , siswa dapat mempraktekkan cara Berjalan silang dan meloncat kebelakang dengan benar di rumah masing-masing.

B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Kelas dibuka dalam media Classroom dan WatshApp dengan ucapan salam dan menanyakan kabar kepada siswa dan orang tua siswa yang mendampingi siswa dilanjutkan mengisi daftar hadir secara online lewat google form. 2. Siswa diberikan waktu untuk berdo'a, sebelum pembelajaran di mulai. (RELIGIUS) 3. Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan di rumah masing-masing lewat video pembelajaran kemudian siswa membaca tugas yang akan dikerjakan (LITERASI)	1 hari
Kegiatan inti	Ayo Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Guru menshare ke Classroom dan WhatsApp link video pembelajaran di Youtube https://youtu.be/Gs_nZ30WEtw Kombinasi Gerakan Dasar Lokomotor Berjalan silang dan meloncat kebelakang. • Siswa menyimak video pembelajaran dari link tersebut di dampingi orang tua Ayo Mencoba <ul style="list-style-type: none"> • Siswa membuat 2 lintasan yaitu lintasan Berjalan silang dan meloncat kebelakang di rumah atau di sekitar rumah masing-masing. • Siswa melakukan pemanasan sebelum mempraktekkan Berjalan silang dan meloncat kebelakang. • Siswa mempraktekkan gerakan Berjalan silang dan meloncat kebelakang, dilakukan 2-3 kali. 	
Penutup	1. Guru memberikan tugas di akhir Video pembelajaran 2. Batas pengumpulan tugas sampai tanggal 10 Agustus 2020 3. Pembelajaran ditutup dengan ucapan salam dan doa kepada siswa masing-masing di rumah .	

C.PENILAIAN

- Penilaian Sikap: lewat pengamatan video
- Penilaian Keterampilan: Praktek lewat video

Mengetahui
Kepala SDN. 066 Pekkabata

Polewali, 03 Agustus 2020
Guru PJOK

TALIB, S.Pd.,M.Pd
NIP.196805161991031013

YUSUF, S.Pd
NIP.199109022005021005

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 066 Pekkabata
Kelas /Semester : 3/1 (semester)
Materi : Kombinasi Gerak Dasar Lokomotor
 (Melompat dan melewati rintangan)
Pertemuan ke- : 4 (keempat) Senin, 10 Agustus 2020

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati contoh Gerak dasar Lokomotor lewat video pembelajaran (youtube) siswa dapat memahami mamfaat Kombinasi gerak dasar lokomotor (Melompat dan melewati rintangan)
2. Dengan mengamati video pembelajaran Gerakan Melompat dan melewati rintangan yang di berikan oleh guru lewat media pembelajaran Youtube , siswa dapat mempraktekkan cara gerakan Melompat dan melewati rintangan dengan benar di rumah masing-masing.

B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Kelas dibuka dalam media Classroom dan WatshApp dengan ucapan salam dan menanyakan kabar kepada siswa dan orang tua siswa yang mendampingi siswa dilanjutkan mengisi daftar hadir secara online lewat google form. 2. Siswa diberikan waktu untuk berdo'a, sebelum pembelajaran di mulai. (RELIGIUS) 3. Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan di rumah masing-masing lewat video pembelajaran kemudian siswa membaca tugas yang akan dikerjakan (LITERASI)	1 hari
Kegiatan inti	Ayo Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Guru menshare ke Classroom dan WhatsApp link video pembelajaran di Youtube https://youtu.be/yz954qcIvwg Kombinasi Gerak Dasar Lokomotor Melompat dan melewati rintangan. • Siswa menyimak video pembelajaran dari link tersebut di dampingi orang tua Ayo Mencoba <ul style="list-style-type: none"> • Siswa membuat 2 lintasan yaitu lintasan Melompat dan melewati rintangan di rumah atau di sekitar rumah masing-masing. • Siswa melakukan pemanasan sebelum mempraktekkan Melompat dan melewati rintangan. • Siswa mempraktekkan gerakan Melompat dan melewati rintangan, dilakukan 2-3 kali. 	
Penutup	1. Guru memberikan tugas di akhir Video pembelajaran 2. Batas pengumpulan tugas sampai tanggal 17 Agustus 2020 3. Pembelajaran ditutup dengan ucapan salam dan doa kepada siswa masing-masing di rumah .	

C.PENILAIAN

- Penilaian Sikap: lewat pengamatan video
- Penilaian Keterampilan: Praktek lewat video

Mengetahui
Kepala SDN. 066 Pekkabata

Polewali, 10 Agustus 2020
Guru PJOK

TALIB, S.Pd.,M.Pd
NIP.196805161991031013

YUSUF, S.Pd
NIP.199109022005021005