

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

UNIT KERJA : SDN 16 Biau Kabupaten Buol Sulteng
KELAS/SEMESTER : 5 / 1
MATA PELAJARAN : PJOK
ALOKASI WAKTU : 2 x 35 menit

A. KOMPETENSI DASAR (KD)

- 3.3. Memahami kombinasi gerak jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional
- 4.3. Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional

B. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Siswa dapat Memahami kombinasi gerak jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional
2. Siswa dapat Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional

C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan SAINTAK	Deskripsi kegiatan Penguatan Pendidikan Karakter
Pendahuluan (5 menit)	<ol style="list-style-type: none">1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka2. Salah satu peserta didik diminta memimpin do'a (Religius)3. Guru melakukan presensi/ mengecek kehadiran peserta didik (Disiplin)4. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran Atletik5. Guru memberikan gambaran tentang Atletik dalam kehidupan sehari – hari
	Litersi
Kegiatan Inti (20 menit)	<ul style="list-style-type: none">• Guru memberikan gambaran Atletik menggunakan media audio visual• Peserta didik menyimak tayangan audio visual dengan seksama• Guru memotivasi peserta didik untuk terlibat aktif dalam pembelajaran Atletik
	Critical Thinking
	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik melakukan warming up dipimpin oleh peserta didik itu sendiri dan diikuti oleh peserta didik lainnya

	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik ; ✓ Kombinasi gerak jalan, lari dan lompat (lompat jauh) ✓ Kombinasi gerak jalan, lari dan lempar (lempar turbo)
	Colaboration (Kerja Sama)
	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengumpulkan informasi dari berbagai sumber (tayangan audio visual, buku bacaan yang terkait dengan materi, teman /orang tua dan internet) • Peserta didik mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik menggunakan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber ; ✓ Kombinasi gerak jalan, lari dan lompat (lompat jauh) ✓ Kombinasi gerak jalan, lari dan lempar (lempar turbo)
	Comunication (Komunikasi)
	<ul style="list-style-type: none"> • Salah satu siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik ; • Kombinasi gerak jalan, lari dan lompat (lompat jauh) • Kombinasi gerak jalan, lari dan lempar (lempar turbo)
	Creativity (Kreativitas)
	<p><i>Kesimpulan Pembelajaran</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru dan peserta didik menarik sebuah kesimpulan tentang point – point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran Atletik • Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami atau guru menyampaikan beberapa pertanyaan pemicu kepada peserta didik berkaitan dengan materi yang telah dipelajari yaitu Atletik
Penutup (10 Menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat rangkuman / simpulan pembelajaran tentang Atletik 2. Peserta didik melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas dan lapangan. 3. Memeriksa rangkuman / simpulan peserta didik yang selesai dan di berikan Apresiasi terhadap kinerja mereka selama kegiatan pembelajaran berlangsung 4. Memberikan informasi kepada peserta didik tentang materi yang akan di bahas di pertemuan berikutnya
	Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang peserta didik

KESIMPULAN PEMBELAJARAN

- Kombinasi gerak jalan, lari dan lompat dapat dilakukan dengan ; menolak dan mendarat, melompat melewati ban bekas / kardus. Kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lempar melalui permainan dapat dilakukan dengan ; melempar target dengan awalan berjalan dan berlari

D. PENILAIAN

Penilaian Pengetahuan : Quiz

Penilaian Keterampilan : Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam permainan / olahraga modifikasi dan atau tradisional

MENGETAHUI
Kepala sekolah SDN 16 Biau

Leok 2, Buol, _____, 2020
GURU MAPEL PJOK
NIZMA SATRIANI, S.Pd

Nizma Satriani