

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
 KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
 KECAMATAN SUKAJADI



SATUAN PENDIDIKAN :  
 KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )  
 TAHUN PELAJARAN : 2020-2021  
 KOMPETENSI DASAR

**PERTEMUAN KE 1**

3.5 Menyebutkan berbagai gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai  
 4.5 Mempraktikkan berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK		
3.5 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas senam lantai  4.5 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas senam lantai	Gerak Lokomotor  <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr style="background-color: #d9e1f2;"> <th style="text-align: center;">ALOKASI WAKTU</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)</td> </tr> </table>	ALOKASI WAKTU	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
ALOKASI WAKTU			
4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)			
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER		
<p><b>A. Kegiatan Pendahuluan</b>                      Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru                      (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)</p> <p><b>B. Kegiatan Inti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mendapat penjelasan mengenai gerakan pemanasan dan pendinginan yang dapat dilakukan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas belajar gerak serta manfaatnya.</li> <li>- Melakukan gerakan pemanasan dan pendinginan seperti yang dicontohkan</li> <li>- Melakukan gerakan video <i>kids workout level I</i></li> </ul> <p><b>C. Kegiatan Penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li> <li>• Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri</li> <li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Video pembelajaran Pertemuan 1 Youtube KKG PJOK Sukajadi</li> <li>✓ Buku PJOK kls 1</li> <li>✓ Gerak Dasar Lokomotor</li> </ul> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr style="background-color: #d9e1f2;"> <th style="text-align: center;">PENILAIAN</th> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li> <li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li> <li>- Penilaian / Evaluasi</li> </ul> </td> </tr> </table>	PENILAIAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li> <li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li> <li>- Penilaian / Evaluasi</li> </ul>
PENILAIAN			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li> <li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li> <li>- Penilaian / Evaluasi</li> </ul>			
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... ) NIP.	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd		

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
 KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
 KECAMATAN SUKAJADI



SATUAN PENDIDIKAN :  
 KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )  
 TAHUN PELAJARAN : 2020-2021  
 KOMPETENSI DASAR

**PERTEMUAN KE 2**

3.5 Menyebutkan berbagai gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai  
 4.5 Mempraktikkan berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK
3.5 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas senam lantai	Gerak Lokomotor
4.5 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas senam lantai	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER
<p><b>A. Kegiatan Pendahuluan</b>                      Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru                      (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)</p> <p><b>B. Kegiatan Inti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mendapat penjelasan mengenai gerakan pemanasan dan pendinginan yang dapat dilakukan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas belajar gerak serta manfaatnya.</li> <li>- Melakukan gerakan pemanasan dan pendinginan seperti yang dicontohkan</li> <li>- Melakukan gerakan video <i>kids workout level 2</i></li> </ul> <p><b>C. Kegiatan Penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li> <li>• Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri</li> <li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Video pembelajaran Pertemuan 2 Youtube KKG PJOK Sukajadi</li> <li>✓ Buku PJOK kls 1</li> <li>✓ Gerak Dasar Lokomotor</li> </ul>
	<b>PENILAIAN</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li> <li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li> <li>- Penilaian / Evaluasi</li> </ul>
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... ) NIP.	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
 KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
 KECAMATAN SUKAJADI



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 3**

3.5 Menyebutkan berbagai gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai  
 4.5 Mempraktikkan berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK
3.5 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas senam lantai	Gerak Lokomotor
4.5 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas senam lantai	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> - Peserta didik mendapat penjelasan mengenai gerakan pemanasan dan pendinginan yang dapat dilakukan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas belajar gerak serta manfaatnya. - Melakukan gerakan pemanasan dan pendinginan seperti yang dicontohkan - Melakukan gerakan video <i>kids workout level 3</i>  <b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	✓ Video pembelajaran Pertemuan 3 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor  <div style="background-color: #d9e1f2; text-align: center;"><b>PENILAIAN</b></div> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... )	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 4**

3.6 Menyebutkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama  
4.6 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.6 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas gerak berirama  4.6 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas gerak berirama	Gerak Locomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> - Melakukan gerak berirama tanpa musik - Pola langkah kaki dan ayunan lengan  <b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	✓ Video pembelajaran Pertemuan 4 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Locomotor
	<b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... )	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 5**

3.6 Menyebutkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama  
4.6 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.6 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas gerak berirama  4.6 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas gerak berirama	Gerak Locomotor dan non lokomotor  <b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> - Melakukan gerak berirama diiringi lagu aku anak sehat  <b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	✓ Video pembelajaran Pertemuan 5 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Locomotor  <b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... )	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 6**

3.6 Menyebutkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama  
4.6 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.6 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas gerak berirama  4.6 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas gerak berirama	Gerak Locomotor dan non lokomotor  <b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> - Melakukan gerak berirama diiringi lagu aku anak sehat  <b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	✓ Video pembelajaran Pertemuan 6 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Locomotor  <b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... )	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PEMBELAJARAN JARAK JAUH  
KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 7**

3.6 Menyebutkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama  
4.6 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.6 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan aktivitas gerak berirama  4.6 Keterampilan 2. Peserta didik dapat mempraktikkan aktivitas gerak berirama	Gerak Locomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> - Melakukan gerak berirama diiringi lagu burung kutilang  <b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	✓ Video pembelajaran Pertemuan 7 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Locomotor
	<b>PENILAIAN</b>
	- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... )	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
KECAMATAN SUKAJADI



SATUAN PENDIDIKAN :  
KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )  
TAHUN PELAJARAN : 2020-2021  
KOMPETENSI DASAR

**PERTEMUAN KE 8**

3.7 Menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas

air\*\*\*

4.7 Mempraktikkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air\*\*\*

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK
3.7 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas) <b>B. Kegiatan Inti</b> - Menjelaskan mengenai pengenalan aturan berada di kolam renang (berjalan dengan baik, tidak mendorong teman, tidak melompat dari pinggir kolam, cara menggunakan pelampung) <b>C. Kegiatan Penutup</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li><li>• Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri</li><li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Video pembelajaran Pertemuan 8 Youtube KKG PJOK Sukajadi</li><li>✓ Buku PJOK kls 1</li><li>✓ Gerak Dasar Lokomotor</li><li>✓ pelampung</li></ul> <b>PENILAIAN</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li><li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li><li>- Penilaian / Evaluasi</li></ul>
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,



( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 9**

- 3.7 Menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air\*\*\*
- 4.7 Mempraktikkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air\*\*\*

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.7 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat Peserta didik dapat menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 9 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor
<b>B. Kegiatan Inti</b> - Menjelaskan mengenai pengenalan gerak dasar renang (gerak dasar kaki dan tangan)	
<b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	<b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,

( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 10**

- 3.7 Menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air\*\*\*
- 4.7 Mempraktikkan berbagai pengenalan aktivitas air dan menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air\*\*\*

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.7 Pengetahuan 3 Peserta didik dapat menyebutkan berbagai pengenalan aktivitas air	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 10 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor
<b>B. Kegiatan Inti</b> - Menjelaskan mengenai aktivitas permainan pengenalan air (permainan memasukkan kepala ke air, meniup di dalam air, mengambil benda di dalam air, meluncur, mengapung)	
<b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	<b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,

( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 11**

- 3.8 Menyebutkan 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

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.8 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat menyebutkan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 11 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor
<b>B. Kegiatan Inti</b> Menjelaskan mengenai alat kebersihan badan (sikat gigi, handuk, gunting kuku, sabun, shampoo)	
<b>C. Kegiatan Penutup</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li><li>• Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri</li><li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li></ul>	<b>PENILAIAN</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan.</li><li>- Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD</li><li>- Penilaian / Evaluasi</li></ul>
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,

( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 12**

- 3.8 Menyebutkan 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

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.8 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat Peserta didik dapat menyebutkan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b> 4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 12 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor
<b>B. Kegiatan Inti</b> - Menjelaskan cara menjaga kebersihan kuku (cara memotong kuku dan mencuci tangan) - Melakukan senam cuci tangan	<b>PENILAIAN</b> - Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
<b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,

( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
**KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK**  
**KECAMATAN SUKAJADI**



**SATUAN PENDIDIKAN :**  
**KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )**  
**TAHUN PELAJARAN : 2020-2021**  
**KOMPETENSI DASAR**

**PERTEMUAN KE 13**

- 3.8 Menyebutkan 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

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MATERI POKOK</b>
3.8 Pengetahuan 1. Peserta didik dapat Peserta didik dapat menyebutkan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya, dan kebersihan pakaian	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
<b>LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>MEDIA/SUMBER</b>
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 13 Youtube KKG PJOK Sukajadi ✓ Buku PJOK kls 1 ✓ Gerak Dasar Lokomotor
<b>B. Kegiatan Inti</b> - Menjelaskan cara menjaga kebersihan kulit - Melakukan senam ayo mandi	
<b>C. Kegiatan Penutup</b> • Pengumpulan tugas dari peserta didik • Siswa Melakukan Pendinginan dan berdoa mandiri • Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru	
	<b>PENILAIAN</b>
	- Peserta didik melakukan gerakan sesuai durasi waktu atau jumlah pengulangan gerakan. - Peserta didik mengerjakan Jurnal / LKPD - Penilaian / Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,

( ..... )  
NIP.

, S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
KECAMATAN SUKAJADI



SATUAN PENDIDIKAN :  
KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU )/ 2 ( DUA )  
TAHUN PELAJARAN : 2020-2021  
KOMPETENSI DASAR  
3.5 – 3.8  
4.5 – 4.8

**PERTEMUAN KE 14**

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK
Pengetahuan Peserta didik mengamati video kupas tuntas pengetahuan PJOK	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	ALOKASI WAKTU
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)	✓ Video pembelajaran Pertemuan 14 Youtube KKG PJOK Sukajadi
<b>B. Kegiatan Inti</b> Menyimak video kupas tuntas pembelajaran	PENILAIAN
<b>C. Kegiatan Penutup</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li><li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li></ul>	Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... ) NIP.	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**PEMBELAJARAN JARAK JAUH**  
 KELOMPOK KERJA GURU ( KKG ) PJOK  
 KECAMATAN SUKAJADI



SATUAN PENDIDIKAN :  
 KELAS/ SEMESTER : 1 ( SATU ) / 2 ( DUA )  
 TAHUN PELAJARAN : 2020-2021  
 KOMPETENSI DASAR  
 3.5 – 3.8  
 4.5 – 4.8

**PERTEMUAN KE 15**

TUJUAN PEMBELAJARAN	MATERI POKOK
Pengetahuan Peserta didik mengamati video prediksi soal PAT PJOK	Gerak Lokomotor dan non lokomotor
	<b>ALOKASI WAKTU</b>
	4 Jam Pelajaran (Disesuaikan)
LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN	MEDIA/SUMBER
<b>A. Kegiatan Pendahuluan</b> Penyampaian panduan Peserta didik oleh Guru (Via Zoom, WhatsApp, Vidio, Melalui Koordinator Kelas)  <b>B. Kegiatan Inti</b> Menyimak video prediksi soal PAT  <b>C. Kegiatan Penutup</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengumpulan tugas dari peserta didik</li> <li>• Siswa melaporkan jurnal PJJ yang ditugaskan guru</li> </ul>	✓ Video pembelajaran Pertemuan 15 Youtube KKG PJOK Sukajadi
	<b>PENILAIAN</b>
	Evaluasi
Mengetahui, Kepala Sekolah,  ( ..... ) NIP.	Bandung, Januari 2021 Guru PJOK,  , S.Pd