

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	:	SDN No. 102/ II Sungai Kerjan
Kelas/ Semester	:	V/II
Mata Pelajaran	:	PJOK
Materi Pokok	:	Senam Irama
Sub Materi	:	Gerak Langkah Kaki
Alokasi Waktu	:	10 menit

### A. KOMPETENSI INTI

3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain.

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

3.7 memahami penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/ dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

4.7. mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/ dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.

### C. INDIKATOR

3.7.1 menjelaskan gerak langkah biasa, langkah rapat, langkah depan, langkah samping dan langkah keseimbangan dalam aktivitas gerak berirama.

4.7.1 mempraktikkan gerak dasar langkah kaki mengikuti irama.

### D. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan membaca teks, peserta didik mampu menjelaskan gerak langkah biasa, langkah rapat, langkah depan, langkah samping dan langkah keseimbangan dalam aktivitas gerak berirama.

2. Melalui pengamatan, peserta didik mampu mempraktikkan gerak langkah biasa, langkah rapat, langkah depan, langkah samping dan langkah keseimbangan dalam aktivitas gerak berirama.

### E. MATERI

Gerak langkah kaki

### F. METODE PEMBELAJARAN

Metode : Penugasan, pengamatan, ceramah, demonstrasi.

### G. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku guru dan siswa Aktif berolahraga Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan untuk SD/MI Kelas V. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
2. Gambar tentang aktivitas gerak berirama.
3. Video Tentang gerak langkah kaki dalam senam irama.

## H. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"><li>Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan berdo'a yang dipimpin oleh salah satu peserta didik.</li><li>Guru mengecek presensi peserta didik.</li><li>Guru memberi motivasi peserta didik untuk bersemangat mengikuti materi hari ini.</li><li>Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.</li><li>Guru meminta salah satu peserta didik untuk memimpin kegiatan pemanasan. Kegiatan ini dilakukan untuk mempersiapkan tubuh untuk melakukan kegiatan selanjutnya.</li></ul>	2 menit
INTI	<ul style="list-style-type: none"><li>Guru meminta peserta didik mengamati gambar tentang gerak langkah kaki.</li><li>Guru meminta peserta didik membaca materi mengenai gerak langkah biasa, gerak langkah rapat dan langkah depan.</li><li>Guru meminta peserta didik berkomentar terhadap bacaan yang dibaca oleh peserta didik.</li><li>Guru memberi penguatan materi.</li><li>Peserta didik mengerjakan lembar tugas.</li> <li>Guru meminta peserta didik mengamati video gerak langkah kaki</li><li>Guru memeragakan gerak langkah kaki yang diikuti oleh peserta didik.</li><li>Secara berkelompok, peserta didik mendemonstrasikan gerak langkah kaki.</li><li>Guru memberikan umpan balik terhadap hasil peserta didik.</li></ul>	6 menit
PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"><li>Peserta didik melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot.</li><li>Guru memberi motivasi untuk tekun dan disiplin dalam kegiatan pembelajaran.</li><li>Guru meminta siswa untuk menyimpulkan pembelajaran.</li><li>Guru bersama-sama siswa menutup pembelajaran dengan berdo'a.</li></ul>	2 menit

## I. PENILAIAN

Sikap : Observasi Sikap Tanggung Jawab.  
Pengetahuan : Tes Tertulis  
Keterampilan : Praktik Gerak Langkah Kaki



Sungai Kerjan, 5 Januari 2022  
Guru PJOK

DEXCY FITRUS, S. Pd.