

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Sesuai Edaran Mendikbud Nomor 14 Tahun 2019)

Satuan Pendidikan : **EDITOR : www.guruyes.com**
 Kelas / Semester : 3 / 2
 Tema : Cuaca (Tema 5)
 Sub Tema : Keadaan Cuaca (Sub Tema 1)
 Muatan Terpadu : PJOK
 Pembelajaran ke : 2
 Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dengan benar.
2. Dengan kegiatan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan gerak bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Diawali dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa (Orientasi) ❖ Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) ❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (Motivasi) 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Saat cuaca mulai cerah ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas. <p>Ayo Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan <p>Ayo Mencoba dan Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Lakukan pemanasan terlebih dahulu. Minta siswa lari berkeliling lapangan dan melakukan gerakan ringan sebagai berikut. ❖ Letakkan tangan di pinggang, lalu anggukkan kepala ke atas dan ke bawah masing-masing 8 hitungan. ❖ Gerakan kedua menoleh ke kiri dan kanan, 2 kali sebanyak 8 hitungan. ❖ Gerakan ketiga gelengkan kepala ke kiri dan ke kanan, masing-masing 8 hitungan. ❖ Setelah melakukan pemanasan, ajak siswa untuk melakukan gerakan meniru burung bangau. ❖ Minta siswa berdiri tegak dengan kedua tangan telentang. Tekuklah kaki kiri dan bertumpu pada kaki kanan. Pertahankan sikap ini selama 5-8 hitungan. Gantilah kaki sebelahnya dengan melakukan gerakan yang sama. ❖ Tanyakan pada siswa, kaki mana yang mereka rasakan lebih kuat saat bertumpu? Apakah kaki kiri atau kaki kanan? ❖ Lazimnya, kaki yang kuat untuk bertumpu adalah kaki kiri. ❖ Setelah semua siswa berlatih mencoba gerakan ini, ajak mereka melakukannya secara berkelompok. Lalu lombakan kelompok mana yang dapat bertahan dalam hitungan paling lama. ❖ Setelah selesai, lakukan pendinginan. (Collaboration, Communication, Creativity and Innovation) <p>Ayo Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan 	140 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> A. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. B. Pertanyaan yang diajukan guru dapat dijawab secara lisan atau tulisan. Jika guru menginginkan siswa menuliskan jawaban pertanyaan refleksi, sebaiknya siswa memiliki buku tulis khusus untuk refleksi. C. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi D. Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	15 menit

C. PENILAIAN

- **Penilaian Sikap** : Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).
- **Penilaian Pengetahuan**: Tes tertulis tentang kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan
- **Penilaian Keterampilan** (lihat Lampiran)

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.

LAMPIRAN

a. Rubrik mempraktikkan gerak bertumpu dan keseimbangan

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86-100) sangat baik 4	Skor (71-85) baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (\leq 60) Perlu Pendampingan 1
1	Mempraktikkan kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai.	Melakukan gerakan dengan tepat tanpa intervensi guru.	Melakukan gerakan dengan tepat, tetapi dengan intervensi minimal.	Gerakan kurang tepat dan perlu intervensi yang cukup.	Belum mampu melakukan gerakan dengan tepat.

D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3.
3. Matras untuk melakukan aktivitas senam lantai

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Sesuai Edaran Mendikbud Nomor 14 Tahun 2019)

Satuan Pendidikan : SD/MI
Kelas / Semester : 3 / 2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Keadaan Cuaca (Sub Tema 1)
Muatan Terpadu : PJOK
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

E. TUJUAN PEMBELAJARAN

Dengan kegiatan olahraga, siswa dapat mempraktikkan gerak kombinasi bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai, secara benar.

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Diawali dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa (Orientasi) ❖ Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) ❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (Motivasi) 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <p>1. Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>Ayo Menanya</p> <p>1. Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>Ayo Mencoba dan Menalar</p> <p>1. Udara setelah hujan biasanya masih menyisakan dingin. Ajaklah siswa-siswi untuk melakukan aktivitas yang dapat menghangatkan badannya.</p> <p>2. Lakukan pemanasan terlebih dahulu dengan cara melakukan senam ringan “Kepala.... Pundak” sambil menyanyikan lagu.</p> <p>3. Sambil menyanyi, peganglah organ tubuh yang disebutkan dalam lirik lagu. Saat menyebutkan kepala, peganglah kepala. Saat menyebutkan pundak, peganglah pundak. Begitu juga saat menyebutkan lutut dan kaki, peganglah lutut dan kaki.</p> <p>4. Lakukan gerakan ini minimal 4 kali hitungan.</p> <p>5. Dalam pembelajaran bertumpu dan keseimbangan kali ini, siswa akan melakukan gerakan meniru pesawat terbang.#</p> <p>6. Langkah-langkah melakukan gerakan meniru pesawat terbang.</p> <p>7. Minta siswa berdiri dengan tegap.</p> <p>8. Rentangkan kedua tangan.</p> <p>9. Bertumpulah dengan kaki kanan terlebih dahulu.</p> <p>10. Membungkuklah ke depan. Bersamaan dengan itu, kaki kiri diangkat lurus ke belakang.</p> <p>11. Lakukan dan pertahankan hingga hitungan kelima.</p> <p>12. Lakukan hal seperti ini untuk kaki yang berbeda.</p> <p>13. Permainan ini dapat dilakukan bersama kelompok. Ulangi beberapa kali dan lakukanlah dengan gembira.</p> <p>Ayo Mengkomunikasikan</p> <p>1. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan</p> <p>2. Guru dapat bertanya, kaki mana yang lebih kuat saat dipakai untuk bertumpu? Apakah kaki kiri atau kaki kanan?</p> <p>3. Lakukan pendinginan jika sudah selesai. (Communication, Creativity and Innovation)</p> <p>Ayo Mengkomunikasikan</p> <p>4. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan</p>	140 menit
Kegiatan Penutup	<p>E. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran..</p> <p>F. Pertanyaan yang diajukan guru dapat dijawab secara lisan atau tulisan. Jika guru menginginkan siswa menuliskan jawaban pertanyaan refleksi, sebaiknya siswa memiliki buku tulis khusus untuk refleksi.</p> <p>G. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi</p> <p>H. Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius)</p>	15 menit

G. PENILAIAN

- **Penilaian Sikap** : Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).
- **Penilaian Pengetahuan**: Tes tertulis bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai
- **Penilaian Keterampilan** (lihat Lampiran)

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.

LAMPIRAN**Penilaian Keterampilan**

a. Rubrik melakukan aktivitas senam lantai

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86-100) sangat baik 4	Skor (71-85) baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (\leq 60) Perlu Pendampingan 1
1	Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak dominan dalam aktivitas senam lantai.	Melakukan gerak bertumpu dan keseimbangan dengan baik	Melakukan gerakan bertumpu dengan baik walau belum seimbang.	Melakukan gerakan bertumpu dan keseimbangan belum sempurna.	Belum dapat melakukan gerakan bertumpu dan keseimbangan.

H. SUMBER DAN MEDIA

4. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
5. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3.
6. Matras untuk melakukan aktivitas senam lantai

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Sesuai Edaran Mendikbud Nomor 14 Tahun 2019)

Satuan Pendidikan : SD/MI
Kelas / Semester : 3 / 2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Perubahan Cuaca (Sub Tema 2)
Muatan Terpadu : PJOK
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

I. TUJUAN PEMBELAJARAN

Dengan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai dengan tepat.

J. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Diawali dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa (Orientasi) ❖ Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) ❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (Motivasi) 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan <p>Ayo Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan <p>Ayo Mencoba dan menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah siswa mengerjakan latihan, guru bertanya kepada siswa untuk memberikan contoh kegiatan apa saja yang bisa dilakukan saat cuaca hujan. Jawaban siswa tentu saja beragam. 2. Nah, guru juga memberikan contoh kegiatan yang bisa dilakukan saat cuaca hujan. Kegiatan ini dilakukan di dalam ruangan. 3. Guru meminta siswa untuk bersatu bersama-sama menggeser meja dan kursi mereka ke sisi ruangan, merapat ke dinding. 4. Guru mengajak siswa untuk melakukan aktivitas fisik/olahraga yang melatih keseimbangan siswa. (lihat buku siswa) 5. Guru meminta siswa untuk berbaris berbanjar ke samping dan ke belakang dengan rapi. Jarak antarsiswa cukup sehingga tidak bertabrakan ketika beraktivitas. Banyaknya barisan bergantung banyaknya siswa di kelas. 6. Guru akan mengajak siswa untuk melatih gerakan keseimbangan dengan cara bertumpu dan berputar. 7. Siswa telah mengikuti aktivitas fisik di dalam ruangan sesuai instruksi guru. Aktivitas ini adalah contoh kegiatan yang bisa dilakukan saat cuaca hujan. 7. Siswa diminta untuk beristirahat sambil minum air putih agar tubuh terasa segar kembali. (Creativity and Innovation) <p>Ayo Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan 	140 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> A. Hari ini siswa telah menyelesaikan semua kegiatan proses belajar. Guru menutup kegiatan belajar hari ini dengan kegiatan refleksi. B. Guru lalu mengulang kembali inti kegiatan belajar pada hari ini. C. Sebelum pulang, guru meminta ketua kelas untuk memimpin teman-teman berdoa sesuai keyakinan masing-masing dengan khidmat. D. Guru kemudian mempersilakan siswa pulang. Siswa memberi salam pada guru. Siswa keluar kelas dengan rapi dan teratur. E. Guru mengucapkan salam dan meminta para siswa untuk berhati-hati di jalan saat pulang. F. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi G. Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	15 menit

K. PENILAIAN

- **Penilaian Sikap** : Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).
- **Penilaian Pengetahuan**: Tes tertulis kombinasi Gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai
- **Penilaian Keterampilan (lihat Lampiran)**

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

NIP.

NIP.

LAMPIRAN
Penilaian Keterampilan

- a. Penilaian: Unjuk kerja mempraktikkan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai.

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86-100) sangat baik 4	Skor (71-85) baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (\leq 60) Perlu Pendampingan 1
1	Keterampilan gerak	Melakukan gerakan statis bertumpu dengan satu kaki bergantian, berputar dengan satu kaki tumpuan sambil merentangkan tangan, dan berputar dengan satu kaki tumpuan sambil mengangkat tangan di atas kepala.	Dapat melakukan 2 gerakan	Dapat melakukan 1 gerakan	Tidak dapat melakukan 1 gerakan
2	Keberanian	Berani, percaya diri, dan mandiri	Memenuhi dua kriteria	Memenuhi satu kriteria	Belum memenuhi kriteria

L. SUMBER DAN MEDIA

7. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
8. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3.

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

LAMPIRAN

Penilaian Keterampilan

a. Rubrik melakukan aktivitas senam lantai

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86-100) baik Sekali 4	Skor (71-85) Baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (≤ 60) Perlu Pendampingan 1
1	Kemampuan mempraktikkan kombinasi gerak tolakan dan berpindah pada aktivitas senam lantai	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dengan baik dan sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dengan baik tetapi tidak sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan gerak tolakan dan berpindah dengan bantuan guru.	Siswa belum mampu melakukan aktivitas.

I. SUMBER DAN MEDIA

11. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
12. Media Ajar PJOK kelas 3 semester 2 SD/MI dari SCI Media.

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.....

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(Sesuai Edaran Mendikbud Nomor 14 Tahun 2019)

Satuan Pendidikan : SD/MI
Kelas / Semester : 3 / 2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Pengaruh Perubahan Cuaca terhadap Kehidupan Manusia (Sub Tema 3)
Muatan Terpadu : PJOK
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

Q. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerakan putaran dan ayunan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.
2. Dengan kegiatan permainan, siswa dapat mempraktikkan gerakan putaran dan ayunan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

J. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Diawali dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa (Orientasi) ❖ Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) ❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (Motivasi) 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <p>4. Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>Ayo Menanya</p> <p>4. Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>Ayo Mencoba Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas. 2. Mereka akan berolahraga. Mintalah siswa berganti pakaian. 3. Memakai pakaian olahraga yang nyaman untuk bergerak. 4. Hari ini siswa akan berolahraga melakukan gerakan putaran dan ayunan. 5. Jika di sekolah terdapat tiang untuk berayun, kegiatan ini dapat dilakukan di sini. 6. Jika tidak tersedia, guru dapat melakukan kegiatan ini di dahan pohon yang kuat. 7. Lakukan pemanasan terlebih dahulu. 8. Pemanasan dengan berlari keliling lapangan sebanyak 2 kali. 9. Lalu lakukan gerakan mengayunkan tangan ke kiri dan ke kanan dengan hitungan 1 hingga 8. 10. Kemudian lakukan langkah-langkah kegiatannya. <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa berdiri tegap. 2. Rentangkan kedua tangan ke atas. 3. Genggamlah dahan kayu pohon dengan kuat. 4. Berayunlah ke depan dan belakang sebanyak 4 ayunan. 5. Lalu melompat sambil melepaskan gengaman. 6. Lakukan gerakan memutar setengah lingkaran. 7. Kemudian, mendarat dengan sempurna. 11. Lakukan berulang kali hingga siswa berani melakukannya dengan benar. 12. Setelah selesai, lakukan pendinginan dan refleksi dari kegiatan hari ini. (Creativity and Innovation) <p>Ayo Mengkomunikasikan</p> <p>5. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan</p>	140 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> A. Sebelum menutup pelajaran, mintalah salah satu siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan hari ini. B. Pembelajaran diakhiri dengan berdoa bersama. Pilih salah satu siswamemimpin doa. C. Ingatkan kembali untuk berdoa dengan sikap yang baik. D. Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	15 menit

R. PENILAIAN

- **Penilaian Sikap** : Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).
- **Penilaian Pengetahuan**: Tes Tertulis tentang langkah-langkah melakukan gerakan berayun dan memutar.
- **Penilaian Keterampilan** (lihat Lampiran)

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.

LAMPIRAN

Penilaian Keterampilan

a. Rubrik melakukan senam lantai gerak berayun dan memutar

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86- 100) sangat baik 4	Skor (71-85) baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (≤ 60) Perlu Pendampingan 1
1	Kemampuan mempraktikkan kombinasi gerak berayun dan memutar pada aktivitas senam lantai	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak berayun dan memutar dengan baik dan sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak berayun dan memutar dengan baik tetapi tidak sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan gerak berayun dan memutar dengan bantuan guru.	Siswa belum mampu melakukan aktivitas.

K. SUMBER DAN MEDIA

13. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
14. Media Ajar PJOK kelas 3 semester 2 SD/MI dari SCI Media.
15. Ring atau tiang atau kayu untuk aktivitas siswa menggantung

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.....

LAMPIRAN

Penilaian Keterampilan

a. Rubrik melakukan aktivitas senam lantai

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86-100) baik Sekali 4	Skor (71-85) Baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (≤ 60) Perlu Pendampingan 1
1	Kemampuan mempraktikkan kombinasi gerak tolakan dan berpindah pada aktivitas senam lantai	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dengan baik dan sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dengan baik tetapi tidak sesuai langkah.	Siswa mampu melakukan gerak tolakan dan berpindah dengan bantuan guru.	Siswa belum mampu melakukan aktivitas.

M. SUMBER DAN MEDIA

16. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

17. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3.

Refleksi Guru

Catatan Guru

- 1. Masalah :.....
- 2. Ide Baru :.....
- 3. Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.....

LAMPIRAN
Penilaian Keterampilan

b. Penilaian: Unjuk kerja mempraktikkan kombinasi gerak tolakan, melayang, dan mendarat dalam aktivitas senam lantai.

No	Kriteria	Rubrik Kriteria			
		Skor (86- 100) sangat baik 4	Skor (71-85) baik 3	Skor (61-75) cukup 2	Skor (\leq 60) Perlu Pendampingan 1
1	Keterampilan gerak	Melakukan gerakan tolakan, melayang, dan mendarat dengan tepat.	Dapat melakukan 2 gerakan dengan tepat	Dapat melakukan 1 gerakan dengan tepat	Tidak Dapat melakukan gerakan dengan tepat
2	Keberanian	Berani, percaya diri, dan mandiri	Memenuhi dua kriteria	Memenuhi satu kriteria	Belum memenuhi kriteria

O. SUMBER DAN MEDIA

18. Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
19. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3.
20. Matras

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....,,
Guru PJOK Kelas 3 ,

.....
NIP.

.....
NIP.

Untuk File Lengkapnya Yang Sudah Tersusun Rapi, Bisa Hubungi Kami Dengan Harga Sangat Ekonomis, Silahkan WA Langsung. **085955343737**