

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 3 Patemon
 Kelas / Semester : 2 / I
 Mata Pelajaran : PJOK
 Alokasi waktu : 4 x 35 Menit

Tema : Hidup Bersih Dan Sehat (Tema 4)
 Subtema : Subtema 1
 Pembelajaran ke : 2 dan 5
 Materi : Latihan Keseimbangan

A. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

- 3.4 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, dan kuat dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.
 3.4.1 Siswa dapat menganalisa latihan keseimbangan dengan bertumpu pada kaki
- 4.4 Mempraktikkan prosedur bergerak secara seimbang, lentur, dan kuat dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional
 4.4.1 Siswa dapat mempraktekkan latihan latihan keseimbangan dengan bertumpu pada kaki

B. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah mengamati video pembelajaran dari guru siswa dapat menganalisa macam-macam latihan keseimbangan dengan menumpu pada kaki seperti.
- Setelah mengamati video pembelajaran dari guru siswa dapat mempraktekkan macam-macam latihan keseimbangan dengan menumpu pada kaki.

C. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Metode Pembelajaran : *Blended Learning*
 Alat dan media : *Stop What, WA, Google Forms*
 Bahan / materi : Latihan keseimbangan

Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<p><u>Kegiatan Pendahuluan</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Guru mengucapkan salam dan mengajak siswa untuk berdoa Guru mengecek kehadiran siswa Guru membuka pelajaran dengan menyapa siswa dan menanyakan kabar mereka. Guru menyampaikan tema, tujuan pembelajaran dan manfaatnya. Apersepsi, mengkaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dibahas. 	10 menit
<p><u>Kegiatan Inti</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa diminta menonton video pembelajaran latihan keseimbangan yang sudah di share melalui grub <i>whatsapp</i> (mengamati) https://www.youtube.com/watch?v=Ue7i88f16us Siswa menayakan materi yang belum dipahami kepada guru (menanya) Siswa diminta berdiskusi dan menyampaikan pendapat mereka tentang video yang sudah mereka amati dengan pengetahuan yang dimiliki. (mengkomunikasikan) Siswa menganalisa gerak keseimbangan dengan sikap pesawat terbang (menalar) Siswa diminta mengerjakan soal yang sudah di sediakan guru melalui <i>google form</i> Siswa mempraktekkan gerak keseimbangan dengan sikap pesawat terbang dirumah secara mandiri (mencoba). Dilakukan secar mandiri dirumah. Sesuai jumlah jam PJOK pada kelas 4x35 Menit, yakni 1x35 Menit di gunakan untuk pembelajaran daring dan 3x35 Menit digunakan siswa belajar mandiri di rumah untuk mempraktekkan gerakan yang di tugaskan. Meminta bantuan orang tua untuk di video dan di kirim pada guru melalui <i>whatsapp</i> untuk penilaian keterampilan. Guru selalu menekankan pada aspek keselamatan diri dan orang lain selama kegiatan. 	120 menit
<p><u>Kegiatan Penutup</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Bersama siswa guru membuat kesimpulan Guru merefleksikan : dengan bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil kecapaian materi) Siswa mengerjakan lembar evaluasi secara kelompok Mengajak siswa untuk berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran 	10 menit

D. PENILAIAN

Penilaian Sikap

- Sikap spritual berdoa setiap akan melakukan kegiatan dan saat mengakhiri kegiatan
- Penilaian sikap kedisiplinan saat mengikuti pembelajaran daring dan ketepatan waktu pengumpulan tugas

Penilaian Pengetahuan

Soal di *Google form*

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeqZDe5G_8MMNtdfuF0_LmfkxqUI7hKoUF101IUQk5RGlGDKA/viewform

Penilaian Praktek

Siswa melakukan praktek dirumah dan direkam oleh orang tua hasil rekamannya di kirim melalui grub *WhatsApp* kepada guru

Mengetahui
Ka. SDN 3 Patemon

Bungatan, 23 September 2020
Guru PJOK

