

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

SATUAN PENDIDIKAN	: SD NEGERI KERAS 2
MATA PELAJARA	: Pendidikan Jasmani olahraga Kesehatan
KELAS/SEMESTER	: 3/I
MATERI POKOK	: Berbagai gerak dasar lokomotor [1]
ALOKASI WAKTU	: 1/2X35 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Siswa dapat memahami dan mengetahui cara melakukan berbagai gerak dasar lokomotor
2. Siswa dapat melakukan berbagai gerak dasar lokomotor,
 - Gerakan jalan ditempat.
 - Gerakan jalan langkah tegap.
 - Jalan ditempat kemudian lari.
 - Jalan sambal meniti balok dengan berbagai variasi

B. LANGKAH LANGKAH PEMBELAJARAN

- ❖ Pendahuluan
 - Salam pembuka
 - Menanyakan kondisi siswa
 - Berdoa
 - Memberikan informasi dan motivasi kepada siswa terkait materi
 - Menyampaikan tujuan pembelajaran
- ❖ I.n t i
 - Guru memberi komando/aba-aba/tepu tangan
 - Siswa melakukan/mempraktekan gerakan:
 - Formasi barisan berbanjar/melingkar untuk melakukan kegiatan lari-lari kecil atau jogging secukupnya,dilanjutkan dengan gerakan penguluran otot dan pemanasan yang mengarah pada materi yang akan dipelajari.
 - Guru memberi contoh/peragaan materi pembelajaran tentang berbagai gerakan lokomotor
 - Jalan ditempat
 - Jalan langkah tegap
 - Jalan ditempat kemudian lari
 - Siswa melakukan gerakan pola kombinasi gerak lokomotor secara ber ulang ulang
- ❖ Penutup
 - Pengarahan dan nasehat dari guru terkait dengan materi yg telah dipelajari
 - Salam penutup [siswa siap untuk mengikuti pelajaran berikutnya]

Keterangan : {pertemuan ke I , inti 1 dan inti 2 }

Jombang, 27 November 2021

Sumariyono,S.Pd