

Nama : Agus Susanto
NIM : 6101020023

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) DARING

Satuan Pendidikan : SDN LABAN 02

Kelas / Semester : V / 1

Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani

Sub materi : Latihan push up, sit up dan back up

Alolasi Waktu : 4 x 35 Menit (1 pertemuan)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Dengan tayangan video peserta didik mengamati aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan push up, sit up dan back up.
- Dengan tayangan video peserta didik mampu menjelaskan aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan push up, sit up dan back up.
- Dengan tayangan video peserta didik mampu mempraktekkan aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan push up, sit up dan back up.

B. PENDEKATAN DAN METODE PEMBELAJARAN

Pendekatan : Saintifik

Metode pembelajaran : Problem base learning, dikusi, tanya jawab

C. MEDIA, ALAT PEMBELAJARAN

Video pembelajaran, Leptop, Whatsapp group, Samrthpone, buku siswa, buku guru

D. LANGKAH- LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

| kegiatan | Diskripsi Kegiatan | Alokasi Waktu |
|---------------|--|---------------|
| Pendahuluan | <ul style="list-style-type: none">❖ Guru mengawali pembelajaran dengan salam pembuka Dan meminta peserta didik untuk berdoa (religius)❖ Guru mengecek kehadiran peserta didik dengan mengecek kehadiran (disiplin)❖ Guru mengaitkan pembelajaran pertemuan kemarin dengan materi pembelajaran hari ini❖ Guru memberikan gambaran tentang Aktifitas kebugaran jasmani nelalui berbagai bentuk latihan push up, sit up dan back up.❖ Peserta didik melakukan pemanasan | 15 menit |
| Kegiatan Inti | <ul style="list-style-type: none">❖ Mengamati, Peserta didik mengamati tayangan video pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk latihan push up, sit up dan back up yang diberikan guru melalui Whatsap group dengan link https://youtu.be/yqHgFYNCmc (creativity and innovation)❖ Menanya, guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang aktifitas kebugaran jasmani dalam bentuk latihan push up, sit up dan back up (Critical Thinking and problem solving)❖ Menalar, peserta didik mencoba berdiskusi dengan temannya dan orang disekitarnya (Collaboration and | 90 menit |

Nama : Agus Susanto
NIM : 6101020023

| | | |
|------------------|--|----------|
| | communication) <ul style="list-style-type: none">❖ Mencoba, Peserta didik diberi kesempatan untuk mempraktekkan aktifitas kebugaran jasmani dalam bentuk latihan push up, sit up dan back up.❖ Mengkomunikasikan, Peserta didik menyampaikan proses pembelajaran kepada guru (communication)<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik dengan bantuan orang tua atau teman untuk merekam video pembelajaran aktifitas kebugaran jasmani untuk dikirim lewat WA group• Mengumpulkan tugas yang diberikan guru | |
| Kegiatan penutup | <ul style="list-style-type: none">❖ Evaluasi, melakukan penilain hasil belajar secara kolaboratif baik dari guru maupun dari peserta didik❖ Refleksi, untuk mengetahui ketercapaian materi❖ Umpan balik, peserta didik menyampaikan pendapatnya.❖ Penguatan, pentingnya menjaga kebugaran jasmani❖ Mengajak peserta didik berdoa akhir pembelajaran. | 15 menit |

E. PENILAIAN

- Penilain Afektif (pengamatan dan sikap)
- Penilaian Kognitif (Tertulis dan Whatsapp group)
- Penilaian Ketrampilan (melalui rekaman video / foto dikirim lewat Whatsapp group)

Sukoharjo,....September 2020

Mengetahui

Guru PJOK

Kepala SDN LABAN 02

SUNARNO, S.Pd

AGUS SUSANTO, S.Pd

NIP. 19610304 198304 1 003

NIP.