



SDN CIPINANG BESAR SELATAN 07 PAGI

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

SEMESTER 2 TAHUN 2021/2022



Mochamad Sudrajat

Guru Penggerak SDN Cipinang Besar Selatan 07 Pagi
Topik 4 : Kids Atletik Nomor Lari

KELAS 5
BAB 6

PJOK :

Penguasaan pengetahuan dan praktek jalan cepat, lari, lompat, dan lempar sebagai dasar atletik dengan menggunakan aktivitas yang menyenangkan anak - anak

Tujuan Pembelajaran :

Siswa dapat memahami nomor yang dipertandingkan dalam cabang olahraga Atletik Kids dan memahami teknik dalam melakukan star

Materi Ajar (Materi Pokok) :
Atletik Kids nomor lari

Metode Pembelajaran :

- PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh)

Alat dan Sumber Belajar :

- > Whatsapp
- > Vidio / Youtube
- > Google formulir
- > Zoom Meeting
- > Buku Pegangan Siswa

Pokok Uraian Kegiatan :

Siswa dapat mengetahui cabang olahraga Atletik Kids yang dipertandingkan

Tugas Siswa :

Siswa mengirimkan vidio star jongkok

Sumber Materi :

Buku PJOK Kelas 5
Semester 2
Bab 6

LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN PJJ

KEGIATAN AWAL :

1. Gunakan seragam olahraga
2. Sebelum beraktivitas olahraga siswa melakukan doa
3. Mengecek kehadiran siswa melalui absen google formulir atau zoom meeting
4. Guru menerangkan materi yang lalu dan akan dilakukan pada aktivitas yang dipelajari hari ini
5. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran hari ini

Kegiatan Inti:

▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Siswa menyimak penjelasan guru tentang gerak dasar star jongkok dan star melayang
- ☞ Siswa memperhatikan peragaan star jongkok dan star melayang
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan berbentuk vidio.

▪ Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Siswa mengidentifikasi sikap star jongkok dan star melayang
- ☞ Siswa mempraktekan sikap star jongkok dan star melayang
- ☞ Siswa mempraktekan sikap star jongkok dan star melayang dengan baik

▪ Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa mengumpulkan tugas yang sudah diberikan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan - kesalahan gerakan

Mengetahui
Kepala Sekolah

Siti Masyuni, S.Pd, MM
NIP. 197006151998032006



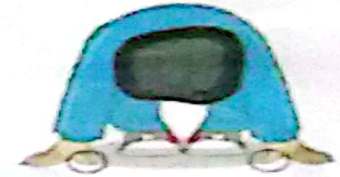
Urutan Start Lari Jarak Pendek



Bersedia



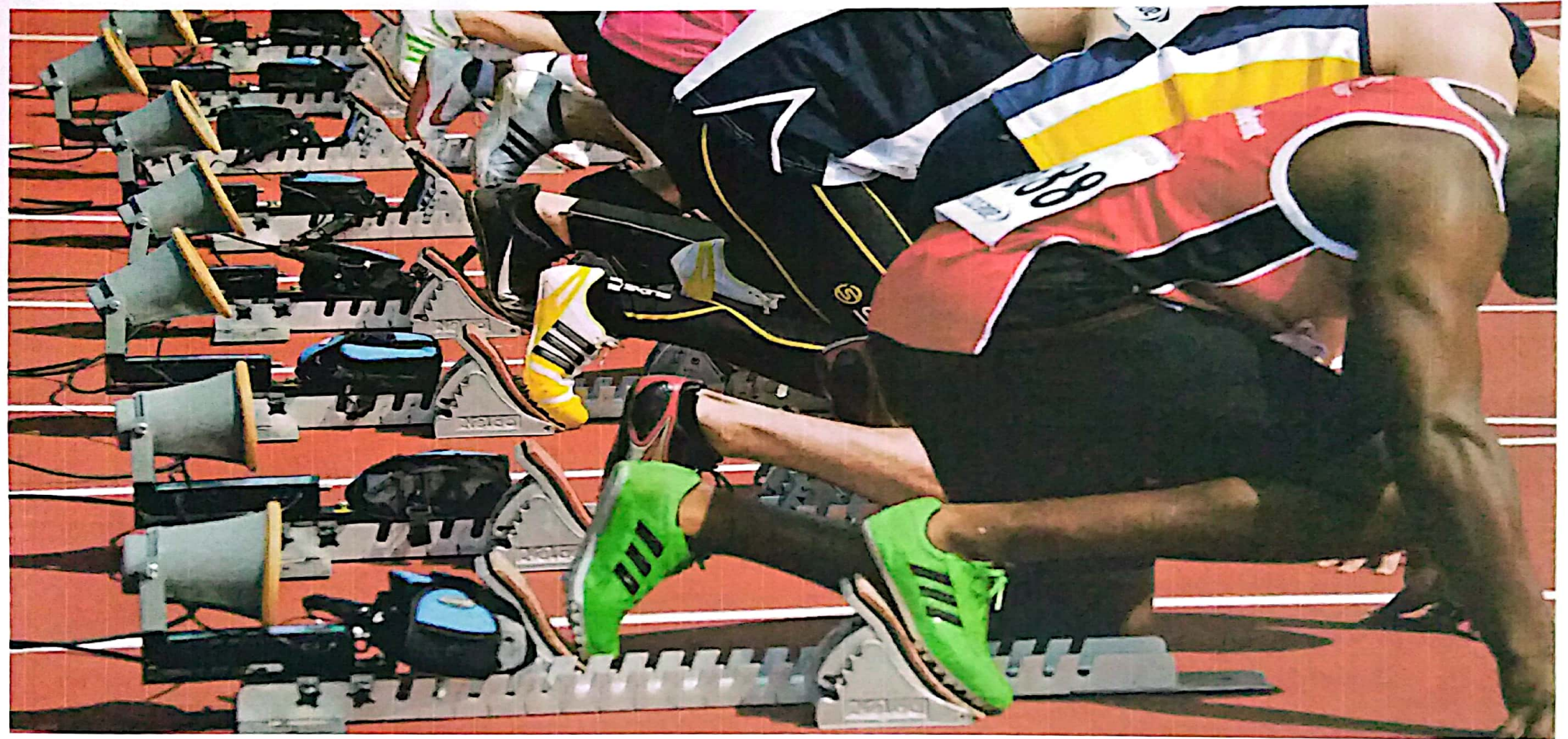
Siap



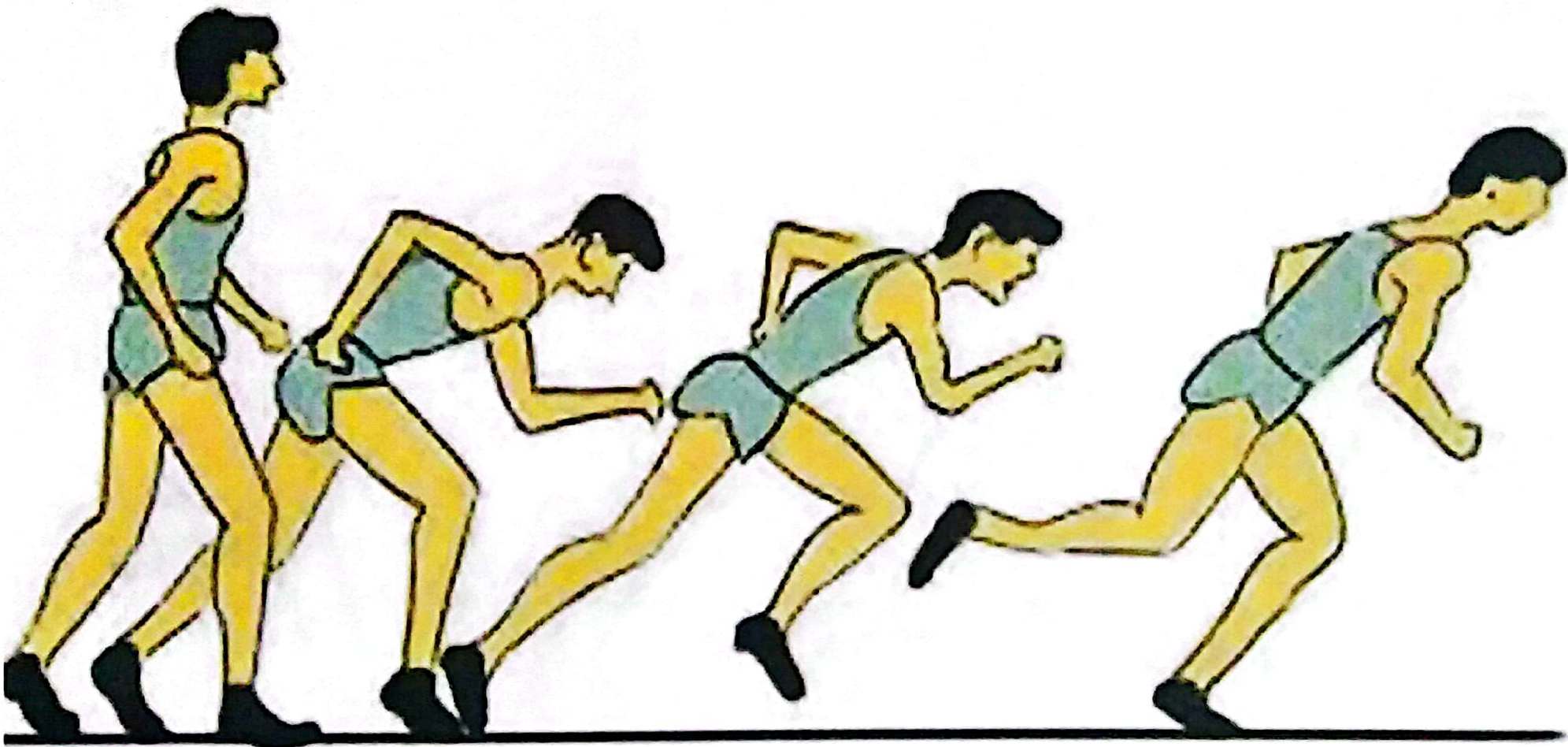
Yaa !



ALAT STAR JONGKOK YANG DIGUNAKAN



STAR MELAYANG



STAR MELAYANG DALAM LARI ESTAFET

