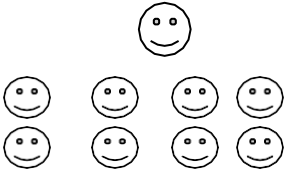


RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

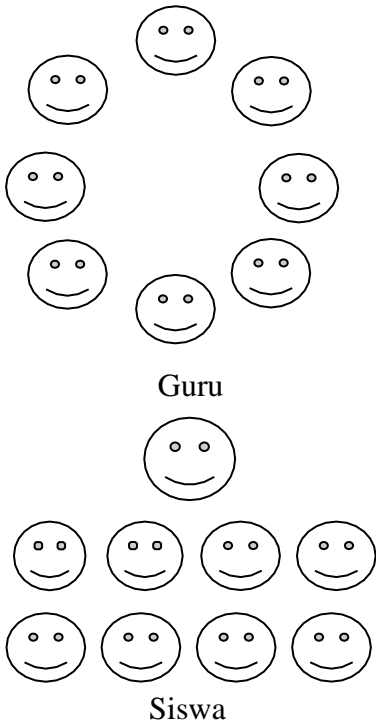
Nama : Nugroho Putranto A, S.Pd.
Satuan Pendidikan : SD Yos Sudarso Bandarjaya
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : II / I (Satu)
Topik : Aktifitas pengembangan Pola Gerak Dasar Lokomotor

- A. Standar Kompetensi :
- 1. Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui permainan dan aktivitas jasmani, dan nilai- nilai yang terkandung di dalamnya.
- B. Kompetensi Dasar :
- 1.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari, lompat yang bervariasi dalam permainan yang menyenangkan dan nilai kerjasama toleransi, kejujuran, tanggung jawab, menghargai lawan dan menghargai diri sendiri.
- C. Tujuan :
- Setelah proses belajar mengajar selesai, di harapkan siswa dapat :
- 1. Melakukan variasi gerak jalan, lari, lompat dengan baik.
 - 2. Menjelaskan tentang pengertian jalan, lari, lompat.
- D. Indikator :
- 1.1 Melakukan variasi gerak jalan, lari, lompat ke berbagai arah.
 - 1.2 Berjalan dan berlari merubah arah dengan isyarat.
 - 1.3 Mengkombinasikan gerak, jalan, lari dan lompat.
- E. Materi Pokok :
- Pola gerak lokomotor dalam bentuk permainan.
- F. Metode Pembelajaran :
- Demonstrasi (mempraktikkan)

G. Langkah- langkah Pembelajaran :

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<div><p style="text-align: center;">Guru</p><div></div><p style="text-align: center;">Siswa</p></div>	<p>A. Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none">1. Siswa di bariskan menurut jumlahnya, bisa dengan shaf ataupun berbanjar.	3 menit

	<div data-bbox="902 226 1198 807" data-label="List-Group"><ol style="list-style-type: none">Setelah di bariskan kemudian di lanjutkan dengan berdoa, presensi, dan di lanjutkan dengan apersepsi.Melakukan pemanasan Dengan berlari, Penguluran meliputi pemanasan dinamis dan statis.</div>	
<div data-bbox="399 912 829 1181" data-label="Image"></div> <div data-bbox="396 1268 834 1517" data-label="Image"></div> <div data-bbox="399 1612 837 1886" data-label="Image"></div> <div data-bbox="399 1911 834 2160" data-label="Image"></div>	<div data-bbox="854 857 1068 892" data-label="Section-Header"><p>B. Latihan Inti :</p></div> <div data-bbox="902 899 1198 2182" data-label="List-Group"><ol style="list-style-type: none">Siswa mencoba Melakukan jalan Dengan cara Bergandengan tangan Secara bersama-sama.Siswa melakukan gerakan berlari di atas garis yang telah di tentukan.Siswa melakukan gerakan melompat diatas simpai atau pembatas lain yang telah di sediakan.Kemudian di lanjutkan dengan kombinasi gerakan jalan, lari dan lompat dengan bentuk permainan.</div>	<div data-bbox="1265 1505 1365 1540" data-label="Text"><p>4 menit</p></div>

 <p>Guru</p> <p>Siswa</p>	<p>C. Penutup (Pendinginan)</p> <p>:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Pendinginan dengan melakukan gerakan berputar dan bertepuk tangan dengan bernyanyi dan di lanjutkan dengan pelepasan mengayunkan tangan dan kaki.2. Siswa di bariskan kembali seperti semula, pengecekan jumlah siswa, evaluasi proses pembelajaran dan pemberian tugas yang berkaitan dengan materi yang di ajarkan, seperti melakukan jalan, lari dan lompat.3. Penutup, meliputi berdoa, dan pembubaran barisan.	<p>3 menit</p>
---	---	----------------

- H. Alat dan Bahan :
1. Alat :
 - a. Kun sebagai pembatas
 - b. Simpai
 - c. Bendera
 2. Bahan :

-
- I. Sumber Belajar :
- a. Silabus pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
 - b. Buku Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas 2

J. Penilaian :

a. Afektif

Berkaitan dengan sikap dan tingkah laku selama kegiatan belajar mengajar berlangsung dan di luar jam belajar.

b. Kognitif

- Apa yang kalian ketahui tentang jalan, lari dan lompat ?
- Bagaiman cara berjalan dengan baik ?
- Bagaimana cara berlari dengan baik ?
- Bagaimana cara melompat dengan baik ?

c. Psikomotorik

Lakukan gerak dasar jalan, lari dan lompat dengan baik.

d. Non tes

Tugas pengamatan

Bandarjaya, 9 April 2021

Guru PJOK

NUGROHO PUTRANTO A, S.Pd.