RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Palumbonsari I
Kelas / Semester : III/2 (Genap)
Tema : Aktivitas Pengembangan Pola Gerak Dasar Lokomotor
Sub Tema : Pola Gerak Jalan, Lari, dan Lompat.
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : (3 x 35 menit) 1 x Pertemuan

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Siswa dapat memahami pola gerak jalan, lari, dan lompat.
- Siswa dapat mempraktikkan pola gerak jalan, lari, dan lompat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Pendahuluan (15 menit)

- Guru memberi instruksi kepada seluruh siswa untuk berbaris di lapangan dan berdoa bersama sebelum memulai kegiatan pembelajaran.
- Guru memeriksa kehadiran siswa.
- Guru memberikan pemanasan kepada siswa sebelum memulai materi. Pemanasan tersebut dipimpin oleh guru dan diikuti oleh seluruh siswa.

Inti (75 menit)

- - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang pertama yaitu Pola Gerak Jalan dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak jalan seperti jalan di tempat dengan ujung kaki sambil mengangkat lutut.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak jalan dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan pola gerak jalan secara mandiri.
 - - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang kedua yaitu Pola Gerak Lari dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak lari seperti lari zig-zag dan lari di tempat dengan ujung kaki dengan media corong atau pembatas.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak lari tersebut dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan Pola Gerak lari secara mandiri.
 - - Guru memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Dasar Lokomotor yang ketiga yaitu Pola Gerak Lompat dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru.
 - Guru mencontohkan cara melakukan pola gerak lompat di tempat dan lompat kelinci dengan media simpai.
 - Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak lompat tersebut dengan aba-aba peluit.
 - Siswa mempraktikkan pola gerak lompat secara mandiri.
- Setelah tugas gerak selesai dilakukan, Guru memberi instruksi kepada siswa untuk berkumpul dan melakukan pendinginan yang akan dipimpin oleh guru.

Penutup (15 menit)

- Guru mengajak siswa untuk menyimpulkan seluruh aktivitas gerak yang telah dilakukan lalu guru memberikan umpan balik kepada siswa.
- Guru memberikan instruksi kepada siswa untuk berdoa bersama sebelum menutup kegiatan pembelajaran.

Media= Peluit, corong atau pembatas, dan simpai.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

- **Sikap** : Pengamatan sikap
- **Keterampilan: Tes Praktik**

Mengetahui
Kepala SDN Palumbonsari I

Karawang, 21 Mei 2021
Guru Mata Pelajaran

Hj. Betti Nurbaeti Y, S.Pd.SD
NIP. 197108031993072001

Viqih Prasetian Mahdahera
NIP. -