

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
Kelas / Semester : 3 /1
Tema : Benda di Sekitarku (Tema 3)
Sub Tema : Aneka Benda di Sekitarku (Sub Tema 1)
Muatan Terpadu : PJOK (3.3, 4.3)
Materi : Permainan Melempar dan Menangkap Bola
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Dengan memerhatikan praktik yang dilakukan guru, siswa mampu mengetahui teknik dalam melempar dan menangkap bola dengan tepat.
- 2. Dengan berlatih melempar dan menangkap bola, siswa dapat mempraktikkan langsung melempar dan menangkap bola dengan tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. Pembiasaan membaca/menulis (Kegiatan literasi) 4. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mencoba - Siswa memerhatikan penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan hari ini yaitu kegiatan melempar dan menangkap bola dengan menggunakan bola yang terbuat dari plastik ataupun kulit sintetis. - Kegiatan dilakukan di luar ruangan. Sebelumnya melakukan pemanasan. - Kegiatan selanjutnya adalah berlatih teknik dasar melempar di kombinasikan dengan menangkap. Perhatikan dasar teknik melempar dan menangkap bola di bawah ini! Gerakan Dasar Melempar Bola    Gerakan Dasar Menangkap Bola    - Siswa berlatih untuk melempar dan menangkap bola secara berpasangan. - Gerakan melempar dapat dikombinasikan dengan gerakan lempar bawah maupun muka. - Selesai berlatih, kegiatan dapat ditutup dengan melakukan permainan bola tangan ataupun bermain lainnya. (Creativity and Innovation)	140 menit
Kegiatan Penutup	- Siswa untuk melakukan refleksi tentang kegiatan hari ini. Mereka - Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi - Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius)	15 menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

LAMPIRAN PENILAIAN

- 1. Penilaian Sikap
Penilaian sikap sesuai dengan petunjuk pemakaian Buku Guru.
- 2. Penilaian Keterampilan
 - 1. Daftar periksa mempraktikkan kegiatan melempar dan menangkap bola.

No	Nama Siswa	Kemampuan melempar dengan gerakan lempar muka		Kemampuan melempar bola dengan gerakan lempar bawah		Kemampuan menangkap bola	
		T	BT	T	BT	T	BT
1							
2							
3							
4							
5							

- D. SUMBER DAN MEDIA
- 1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
 - 2. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3
 - 3. Bola
 - 4. Baju Olahraga

Mengetahui
Kepala Sekolah,

....., .. 20..
Guru PJOK Kelas III

.....
NIP.

NIP.....