

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
 Kelas / Semester : 2 /1
 Tema : Hidup Bersih dan Sehat (Tema 4)
 Sub Tema : Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah (Sub Tema 2)
 Muatan Terpadu : PJOK (3.3, 4.4)
 Materi : Gerakan Keseimbangan pada posisi telentang, miring dan telungkup
 Pembelajaran ke : 2
 Alokasi waktu : 1 Hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui tanya jawab, siswa dapat menjelaskan prosedur bergerak secara seimbang dominan statis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional dengan benar.
2. Melalui penugasan, siswa dapat mempraktikkan gerak secara seimbang dominan statis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> 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
Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengamati berbagai kegiatan yang dapat dilakukan di pekarangan sekolah yang bersih dan sehat, misalnya berolahraga. • Olahraga yang akan dilakukan siswa adalah melatih keseimbangan dengan berbagai posisi, misalnya berbaring telentang, berbaring miring, dan berbaring telungkup. • Bertanya jawab tentang isi setiap gambar yang diamati. • Bertanya jawab tentang cara melakukan gerakan keseimbangan posisi berbaring telentang, berbaring miring, dan berbaring telungkup. (Critical Thinking and Problem Solving) <p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mempraktikkan gerakan keseimbangan berbaring telentang, berbaring miring, dan berbaring telungkup di bawah bimbingan guru. • Ketika melakukan gerakan keseimbangan, siswa hendaknya dibimbing agar melakukannya dengan jujur • Siswa mengungkapkan perasaannya setelah melakukan gerakan keseimbangan. • Bertanya jawab tentang materi yang belum dipahami siswa. • Memberikan motivasi dan penguatan terhadap prestasi belajar siswa. (Creativity and Innovation) 	140 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini. 2. Guru menyampaikan tugas kerja sama dengan orang tua dan siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) 3. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme. 4. Salam dan do'a penutup di pimpin 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.

Mengetahui
 Kepala Sekolah,

....., .. 20..
 Guru PJOK Kelas II

.....

LAMPIRAN PENILAIAN**A. Instrumen Penilaian**

1. Penilaian Keterampilan

- Mempraktikkan gerak secara seimbang dominan statis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan.

No.	Kriteria	Terlihat (✓)	Belum Terlihat (✓)
1.	Siswa mampu mengikuti instruksi		
2.	Siswa terlibat aktif dalam menirukan gerakan		
3.	Siswa mengungkapkan perasaan dan pendapatnya setelah menirukan gerakan		

- Hasil penilaian mempraktikkan gerak secara seimbang dominan statis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan

No.	Nama Siswa	Kriteria 1		Kriteria 2		Kriteria 3	
		Terlihat (✓)	Belum Terlihat (✓)	Terlihat (✓)	Belum Terlihat (✓)	Terlihat (✓)	Belum Terlihat (✓)
1.	Siti						
2.	Dayu						
3.	Beni						

D. REMEDIAL DAN PENGAYAAN

a. Remedial

- Menjelaskan kembali materi tentang cara melakukan gerakan dominan statis bagi siswa yang belum bisa melakukannya dengan benar.

b. Pengayaan

- Siswa mengembangkan gerakan dominan statis dalam bentuk permainan sederhana.

E. SUMBER DAN MEDIA

- Diri anak, Lingkungan keluarga, dan Lingkungan sekolah.
- Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 2 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 2 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
- Buku Sekolahnya Manusia, Munif Chatib.
- Gambar-gambar yang berhubungan dengan pekarangan sekolah yang bersih dan sehat.
- Gambar-gambar yang berhubungan dengan kegiatan yang mencerminkan sikap bersatu atau kebersamaan dalam keberagaman di pekarangan sekolah.
- Gambar yang berhubungan dengan urutan bergerak secara seimbang dominan statis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana.