

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
 Kelas / Semester : 3 /1
 Tema : Pertumbuhan dan Perkembangan Makhluk Hidup (Tema 1)
 Sub Tema : Ciri-ciri Makhluk Hidup (Sub Tema 1)
 Muatan Terpadu : PJOK (3.1, 4.1)
 Materi : Mempraktikkan kombinasi gerakan berjalan dan berlari
 Pembelajaran ke : 2
 Alokasi waktu : 1 Hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati gambar, siswa dapat menjelaskan prosedur berbagai gerakan jalan dengan benar.
2. Setelah mengamati gambar, siswa dapat mempraktikkan prosedur berbagai gerakan jalan dengan benar.
3. Setelah melakukan permainan, siswa dapat berdiskusi mengenai cara melakukan gerakan berjalan dan berlari dengan benar.

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.	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati • Siswa mengamati gambar pada buku teks dan menyimpulkan bahwa gambar tersebut menunjukkan bahwa makhluk hidup itu bergerak. (Mandiri) • Siswa berdiskusi dengan teman yang duduk bersebelahan untuk menyimpulkan gerak tumbuhan tidak berpindah tempat. Tumbuhan bergerak ke arah cahaya matahari dan akar bergerak ke bawah. (Collaboration, Critical Thinking and Problem Formulation) Ayo Mencoba • Siswa akan mempraktikkan berbagai cara berjalan dan berlari. • Siswa mencoba melakukan berbagai cara berjalan ke depan, ke samping kiri, ke samping kiri, dan ke belakang secara berkelompok dan perorangan. (Creativity) • Siswa mencoba melakukan berbagai cara berlari ke depan, berlari ke samping kiri, berlari ke samping kiri, dan berlari ke belakang secara berkelompok dan perorangan. (Creativity, Collaboration) • Lalu siswa mencoba kegiatan kombinasi berlari dan berjalan melalui permainan lomba jalan dan lari. • Peserta yang dapat menyelesaikan terlebih dahulu adalah pemenangnya. (Creativity and Innovation) Ayo Berdiskusi • Siswa berdiskusi tentang cara supaya dapat melakukan gerakan kombinasi antara berjalan dan berlari dengan cepat. (Creativity and Innovation) • Kekuatan kaki dan konsentrasi adalah faktor utama keberhasilan.	150 menit
Kegiatan Penutup	A. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. B. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme. C. 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.

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Penilaian Sikap
Observasi selama kegiatan berlangsung (Lihat pedoman penilaian sikap)
2. Penilaian Pengetahuan
 - a. Penilaian pengetahuan tentang berbagai gerak kombinasi berjalan dan berlari, diamati saat siswa melakukan praktik gerak kombinasi. Pengetahuan tentang gerak kombinasi sejalan dengan kebenaran melakukan gerak sesuai instruksi.
Contoh:
Kemampuan melakukan gerak hadap kiri sesuai dengan instruksi.
3. Penilaian Keterampilan
 - a. Rubrik Melakukan Gerakan Kombinasi

No	Kriteria	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
		4	3	2	1
1	Kebenaran gerakan berjalan	Gerakan kaki dan tangan sesuai contoh gambar di buku.	Hanya gerakan kaki atau tangan yang sesuai contoh gambar di buku.	Dapat melakukan namun gerakan tidak sesuai contoh gambar di buku.	Belum mampu melakukan gerakan yang dicontohkan gambar di buku.
2	Kebenaran gerakan berlari	Gerakan kaki dan tangan sesuai contoh gambar di buku.	Hanya gerakan kaki atau tangan yang sesuai contoh gambar di buku.	Dapat melakukan namun gerakan tidak sesuai contoh gambar di buku.	Belum mampu melakukan gerakan yang dicontohkan gambar di buk.

D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
2. Software Pengajaran kelas 3 semester 1 SD/MI.
3. Gambar/poster/slide/video tentang gerak nonlokomotor yang ada pada permainan menirukan gerak hewan
4. Matras atau alas untuk melakukan kegiatan olahraga

Mengetahui
Kepala Sekolah,

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

.....
NIP.

.....
NIP.....