

SILABUS PJOK SEKOLAH PENDIDIKAN DASAR KELAS 1

Satuan Pendidikan : Ruang-Kelas.com

Mata Pelajaran : PJOK Kelas/Semester : 1/Ganjil

Kompetensi Inti:

KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya,

makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam

tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Indikator	Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu	Sumber pembelajaran	Penilaian
 3.1 Memahami prosedur gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional. 4.1 Mempraktik kan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional. 	 Gerak dasar lari Gerak dasar lompat Gerak dasar loncat Gerak dasar berjingkat Gerak dasar berderap, Gerak dasar skipping Gerak dasar slidding 	3.1.1 Menjelaskan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.2 Menjelaskan prosedur gerakan lompat dan loncat satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	informasi dan peragaan materi tentang gerak berjalan, berlari, melompat, loncat, berjingkat, berderap, skipping, slidding dan memadukan konsep gerak keberbagai arah dan kecepatan.	16 JP	 Buku Mata Pelajaran PJOK Kelas 1 Kurikulum 2013 Modul/bahan ajar, Internet, Sumber lain yang relevan 	 Lisan Tertulis Praktiku m Portofoli o



gerakan berpingkat dan berderap sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Memperagakan prosedur gerakan kan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan perak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional home permaina sederhana dan	2 1 2 Manialaskan massadur	hariingkat hardaran	
berderap sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhabungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	3.1.3 Menjelaskan prosedur	berjingkat, berderap,	
konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederihana dan atau tradisional	, ,	1 ^^ ~ ~ 1	
dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berbari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berulang-ulang. Siswa mendapatkan umpan balik dari dri usendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari dri usendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari dri usendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari dri usendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari dri usendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan berbagai bentuk permainan sedarhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nalai-laini disiplin, percaya diri, tangung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran	1	l I I I	
berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berjari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berjari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.2 Memperagakan prosedur gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, mempialai ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.2 Memperagakan prosedur gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan terja sama dan dan datau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lein-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan dan dan datau tradisional	1	1 1 1 1	
sederhana dan atau tradisional 3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan an sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan an sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lainalim) dilandasi milai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4 Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran		1 1	
 Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional Memadukan gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerjasama. A.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerjasama. A.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerjasama. A.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerjasama. 		1 1 1	
3.1.4 Menjelaskan prosedur gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sebungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan ketendubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh		1	
gerakan skipping dan slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau		1 - 1 - 1	
kelompok, dan guru. Siswa memperagakan hasil betajar gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sunguh-sit dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sunguh-sungguh, dan keterja dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan adan tatu tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sunguh-sungguh, dan keterja dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sunguh-sungguh, dan keterja bentuk permainan dan atau tradisional	3.1.4 Menjelaskan prosedur	umpan balik dari diri	
slidding sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.2 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.3 Memperagakan prosedur gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	gerakan skipping dan	sendiri, teman dalam	
konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama.	slidding sesuai dengan		
dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau			
berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau			
sederhana dan atau tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau sederhana dan atau berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau	berbagai bentuk permainan	belajar gerak dasar	
tradisional 3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau		1	
3.1.5 Memadukan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran			
lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional (kucing dan tikus, menjala ikan, dan lain-lain) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran	3.1.5 Memadukan gerak dasar	1 9 1	
konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau		1 ^ 1	
dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional adan dan dan dan dan dan dan dan dan da	1		
berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau	-	1 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
sederhana dan atau tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau nilai-nilai disiplin, percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran		1	
tradisional 4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau percaya diri, tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran	,	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tanggung jawab, sungguh-sungguh, dan kerja sama. Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran		1 1	
4.1.1 Memperagakan prosedur gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau sungguh-sungguh, dan kerja sama. Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran			
gerakan berjalan dan berlari satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran	4.1.1 Memperagakan prosedur		
satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau	1		
konsep tubuh, ruang, usaha, dinilai selama proses dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran		1 1 1	
dan keterhubungan dalam dan di akhir berbagai bentuk permainan pembelajaran sederhana dan atau	1	1 1	
berbagai bentuk permainan pembelajaran sederhana dan atau	1	1 1 1	
sederhana dan atau			
	l	pomoongaran	
u a di siona i			
	l nagisional	ı I I	



İ		410.16				
		4.1.2 Memperagakan prosedur				
		gerakan lompat dan loncat				
		satu arah sesuai dengan				
		konsep tubuh, ruang, usaha,				
		dan keterhubungan dalam				
		berbagai bentuk permainan				
		sederhana dan atau				
		tradisional				
		4.1.3 Memperagakan prosedur				
		gerakan berjingkat dan				
		berderap sesuai dengan				
		konsep tubuh, ruang, usaha,				
		dan keterhubungan dalam				
		berbagai bentuk permainan				
		sederhana dan atau				
		tradisional				
		4.1.4 Memperagakan prosedur				
		gerakan skipping dan				
		slidding sesuai dengan				
		konsep tubuh, ruang, usaha,				
		dan keterhubungan dalam				
		berbagai bentuk permainan				
		sederhana dan atau				
		tradisional				
3.2 Memahami prosedur gerak	 Memutar 	3.2.1 Menjelaskan prosedur	 Siswa menyimak 	16 ЈР	Buku Mata	• Lisan
dasar non-lokomotor sesuai	 Mengayun 	gerakan memutar dan	informasi dan		Pelajaran	Tertulis
dengan konsep tubuh, ruang,	Menekuk	mengayun tampa berpindah	peragaan materi		PJOK Kelas	Praktiku
usaha, dan keterhubungan	 Menarik 	tempat sesuai dengan konsep	tentang gerakan		1 Kurikulum	m
dalam berbagai bentuk	 Meliuk 	tubuh, ruang, usaha, dan	memutar badan dan		2013	Portofoli
permainan sederhana dan atau	 Menggoyang 	keterhubungan dalam	mengayun tangan ke		 Modul/bahan 	o
tradisional	Memilin	berbagai bentuk permainan	arah kiri/kanan,		ajar,	
4.2 Mempraktik kan gerak dasar	 Mengedang 	sederhana dan atau	menekuk dengan		• Internet,	
non-lokomotor sesuai dengan	 Mengkerut 	tradisional	satu/dua kaki,			



konsep	tubuh,	ruang	, usaha,
dan k	eterhub	ungan	dalam
berbagai	i benti	uk po	ermainan
sederhar	na dan a	tau trac	disional

- Menekuk
- Melenting
- Memadukan konsep gerak
- 3.2.2 Menjelaskan prosedur gerakan menekuk dan menarik tampa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.2.3 Menjelaskan prosedur gerakan meliuk,menggoyang dan memilin sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.2.4 Menjelaskan prosedur gerakan mengandang,mengkerut dan melenting sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.2.5 Memadukan gerakan konsep non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

- menarik dengan alat/ tali, meliukan badan, menggoyang, memilin, mengedang, mengkerut, menekuk, melenting dan memadukan kondep gerak.
- Siswa mencoba gerakan memutar badan dan mengayun tangan ke arah kiri/kanan, menekuk dengan satu/dua kaki, menarik dengan alat/tali, meliukan badan, menggoyang, memilin, mengedang, mengkerut, menekuk, melenting memadukan dan kondep gerak yang telah diperagakan oleh guru secara berulang-ulang.
- Siswa
 mempraktikkan
 secara berulang
 berbagai gerakan
 memutar badan dan

 Sumber lain yang relevan



		4.2.1 Memperagakan gerakan dasar non lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	mengayun tangan ke arah kiri/kanan, menekuk dengan satu/dua kaki, menarik dengan alat/tali, meliukan badan, menggoyang, memilin, mengedang, mengkerut, menekuk, melenting dan memadukan konsep gerak sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama. Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal. Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.			
3.3 Memahami prosedur pola gerak dasar manipulatif sesuai	MelemparMelambungkan	3.3.1 Menjelaskan prosedur gerakan melempar dan	 Siswa menyimak informasi dan 	16 JP	Buku MataPelajaran	LisanTertulis
dengan konsep tubuh, ruang,	Menangkap	melambungkan sesuai	peragaan materi		PJOK Kelas	Praktiku
	<u> </u>	1			1 JOIX IXCIAS	l l
usaha, dan keterhubungan	Menendang	dengan konsep tubuh, ruang,	tentang gerakan			m



dalam	berbagai	bentuk
permain	an sederhana	dan atau
tradision	ıal	

Mempraktik kan pola gerak manipulatif sesuai dasar dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan berbagai bentuk dalam permainan sederhana dan atau tradisional.

- Memukul
- Menggiring
- Memadukan konsep gerak
- usaha dan keterhubungannya dalam permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.3.2 Menjelaskan prosedur gerakan menangkap dan menendang sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungannya dalam permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.3.3 Menjelaskan prosedur memukul gerakan dan menggiring sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungannya dalam permainan sederhana dan atau tradisional
- 3.3.4 Memadukan konsep gerak manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungannya dalam permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.4.1 Memperagakan prosedur gerakan melempar dan melambung sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.4.2 Memperagakan prosedur gerakan menangkap dan menendang sesuai dengan

- melempar, melambungkan, menangkap, menendang, memukul, menggiring, dan memadukan konsep gerak.
- Siswa mencoba gerakan melempar, melambungkan, menangkap, menendang, memukul, menggiring, dan memadukan konsep gerak yang telah diperagakan oleh guru secara berulang-ulang..
- Siswa mempraktikkan berulang secara berbagai gerakan melempar, melambungkan, menangkap, menendang, memukul, menggiring, dan memadukan konsep gerak sesuai dengan komando dan giliran

	1 Kurikulum
	2013
•	Modul/bahan
	ajar,
•	Internet,
•	Sumber lain

- Portofoli
- yang relevan



		konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sederhana dan atau tradisional 4.4.3 Memperagakan prosedur gerakan memukul dan menggiring sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sederhana dan atau tradisional	yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama. Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal. Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.			
 3.4 Memahami prosedur menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional. 4.4 Mempraktik kan menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional. 	 Duduk Membaca Buku Berdiri Jalan Telungkup Terlentang Bertumpu 	 4.4.1 Menjelaskan prosedur menjaga sikap duduk secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional. 4.4.2 Menjelaskan prosedur menjaga sikap berdiri secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional. 4.4.3 Menjelaskan prosedur menjaga sikap jalan secara lentur dan seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana 	 Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan, telungkup, terlentang, bertumpu) dan bergerak dengan lentur serta seimbang dengan posisi dan koordinasi yang baik. Siswa mencoba dan melakukan menjaga sikap tubuh duduk, 	16 JP	 Buku Mata Pelajaran PJOK Kelas 1 Kurikulum 2013 Modul/bahan ajar, Internet, Sumber lain yang relevan 	 Lisan Tertulis Praktiku m Portofoli o



dan atau tradisional. 4.4.1 Memperagakan menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan), dan	terlentang, bertumpu dan bergerak dengan	
bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.a	seimbang dengan posisi dan koordinasi	
	umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru. Siswa memperagakan hasil belajar tentang gerak	
	menjaga sikap tubuh (duduk, membaca, berdiri, jalan, telungkup, terlentang, bertumpu), dan	
	bergerak secara lentur serta seimbang dalam rangka pembentukan tubuh melalui	
	permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri,	



	sungguh-sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
Mengetahui Kepala SDN	
 NIP	 NIP