



SILABUS

SEKOLAH DASAR/MADRASAH IBTIDAIYAH
(SD/MI)

KURIKULUM 2013

UPT SD NEGERI GRESIK
KECAMATAN MENGANTI

PJOK

KELAS 3
SEMESTER 2

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

SILABUS PJOK KELAS 3

Tema : 5 (Cuaca)
Semester : 2 (Dua)

KOMPETENSI INTI

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
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.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Mata Pelajaran	Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Pendidikan Penguatan Karakter	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
PJOK	3.5 Memahami kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	3.5.1 Mengetahui kombinasi berbagai pola gerak dominan. 3.5.2 Menjelaskan kombinasi gerak bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan,	Prosedur berbagai kombinasi berbagai pola gerak dominan: • Bertumpu • Bergantung, • Keseimbangan, • Berpindah/lokomotor, • Tolakan, • Putaran, • Ayunan, • Melayang,	Subtema 1: Keadaan Cuaca (4 jam pelajaran) • Melakukan aktivitas fisik terkait kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dalam senam lantai. • Melakukan aktivitas gerak kombinasi bertumpu dan	• Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas	Sikap: • Jujur • Disiplin • Tanggung Jawa • Santun • Peduli • Percaya diri • Kerja Sama • Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas	16 JP	• Buku Pedoman Guru Tema 5 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 5 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum

	4.5 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai.	melayang, dan, dan mendarat 1.5.1 Mengidentifikasi kombinasi berbagai pola gerak dominan dalam senam lantai. 1.5.2 Mempraktikkan bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat dalam aktivitas senam lantai	● Mendarat	keseimbangan dalam aktivitas senam lantai. Sub Tema 2: Perubahan Cuaca (4 jam pelajaran) ● Menjelaskan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai ● Mempraktikkan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai. Sub Tema 3: Pengaruh Perubahan Cuaca terhadap Kehidupan Manusia (4 jam pelajaran) ● Menjelaskan dan mempraktikkan		Jurnal: ● Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain Penilaian Diri: ● Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan: Tes Tertulis Menyelesaikan soal yang berkaitan dengan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan,		2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016). ● Software Pengajaran kelas 3 SD/MI dari SCI . ● Video/slide/gambar tentang senam lantai
--	--	---	--	---	--	---	--	---

				gerak bergantung dan ayunan dalam beraktivitas senam lantai • Melakukan aktivitas gerak kombinasi tolakan dan berpindah dalam aktivitas senam lantai Sub Tema 4: Cuaca, Musim, dan Iklim (4 jam pelajaran) • Mempraktikkan kombinasi gerak tolakan, melayang, dan mendarat dalam aktivitas senam lantai • Mempraktikkan kombinasi gerak tolakan, melayang, dan mendarat dalam aktivitas senam lantai		berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai Keterampilan: Praktik/Kinerja Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai Portofolio Kemampuan mengetahui kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu,		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomoto r,tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

Tema : 6 (Energi dan Perubahannya)
Semester : 2 (Dua)

KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga, serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, serta benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
4. Menunjukkan keterampilan berpikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Mata Pelajaran	Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Pendidikan Penguatan Karakter	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
PJOK	3.6 Memahami penggunaan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	3.6.1 Mengetahui penggunaan kombinasi gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	Prosedur penggunaan kombinasi gerak dasar: gerak berjalan, menekuk, meliuk, mengayun, melompat, memutar sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam	Subtema 1: Sumber Energi (4 jam pelajaran) • Melakukan kombinasi gerak berjalan, menekuk, dan mengayun sesuai irama (ketukan) tanpa iringan musik dalam aktivitas gerak berirama dengan menggunakan alat.	• Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas	Sikap: • Jujur • Disiplin • Tanggung Jawa • Santun • Peduli • Percaya diri • Kerja Sama • Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong	16 JP	• Buku Pedoman Guru Tema 6 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 6 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013,

	4.6 Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama	3.6.2 Mengidentifikasi kombinasi gerak berjalan, menekuk, meliuk, mengayun, melompat, dan memutar yang mengikuti irama dan menggunakan alat. 4.6.1 Menyajikan kombinasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor. 4.6.2 Mempraktikkan kombinasi gerak berjalan, menekuk, meliuk, mengayun, melompat, dan memutar mengikuti irama menggunakan alat.	aktivitas gerak berirama	- Melakukan kombinasi gerak berjalan, menekuk, dan mengayun dalam aktivitas gerak berirama dengan menggunakan alat dengan iringan musik. Subtema 2 : Perubahan Energi (4 jam pelajaran) - Melakukan senam irama berupa kombinasi gerak berjalan, meliuk, dan mengayun - Latihan kombinasi gerak berjalan, meliuk, dan mengayun Subtema 3: Energi Alternatif (4 jam pelajaran) - Gerak kombinasi berjalan, meliuk, dan mengayun		- Integritas Jurnal: - Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain Penilaian Diri: - Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan: Tes Tertulis Menyelesaikan soal yang berkaitan dengan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan		Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016). - Software Pengajaran kelas 3 SD/MI dari SCI. - Video/slide/gambar tentang gerak berirama.
--	---	--	---------------------------------	---	--	--	--	---

				- Menirukan gerak kincir angin Subtema 4: Penghematan Energi (4 jam pelajaran) - Melakukan kombinasi gerak melompat, memutar sambil memegang bola - Melakukan gerak melompat, memutar, dan mengayun sambil memegang tempurung kelapa		irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama. Keterampilan: Praktik/Kinerja Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama. Portofolio Kemampuan mengetahui kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

						sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Tema : 7 (Perkembangan Teknologi)
Semester : 2 (Dua)

KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga, serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar 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.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Mata Pelajaran	Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Pendidikan Penguatan Karakter	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
PJOK	3.7 Memahami prosedur gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air***.	3.7.1 Mengetahui cara melakukan aktivitas dalam air dengan aman. 3.7.2 Menjelaskan gerak dasar mengambang dan meluncur di	Prosedur gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas	Subtema 1: Perkembangan Teknologi Produksi Pangan (4 jam pelajaran) • Mengenal gerak mengambang saat berenang • Praktik gerak mengambang saat	• Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas	Sikap: • Jujur • Disiplin • Tanggung Jawa • Santun • Peduli • Percaya diri • Kerja Sama • Religius	16 JP	• Buku Pedoman Guru Tema 7 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 7 Kelas 3

	4.7 Mempraktikkan gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air***	air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air 4.7.1 Mempraktikkan teknik di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air dengan tepat dan percaya diri. 4.7.2 Melakukan aktivitas di dalam air dengan baik	air	berenang Subtema 2: Perkembangan Teknologi Produksi Sandang (4 jam pelajaran) ● Mengenal gerakan meluncur di air ● Mempraktikkan gerakan meluncur ● Menjelaskan gerakan meluncur di air Subtema 3: Perkembangan Teknologi Komunikasi (4 jam pelajaran) ● Mengidentifikasi simbol-simbol di kolam renang sebagai upaya menjaga keselamatan diri ● Mengidentifikasi dan simulasi cara untuk menjaga keselamatan diri di kolam renang		● Nasionalis ● Mandiri ● Gotong Royong ● Integritas Jurnal: ● Catatan pendidik tentang sikap peserta didik saat di sekolah maupun informasi dari orang lain Penilaian Diri: ● Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan: Tes Tertulis Menyelesaikan soal yang berkaitan dengan prosedur gerak dasar		(Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016). ● Software Pengajaran kelas 3 SD/MI dari SCI ● Video/slides/gambar tentang aktivitas air
--	--	--	-----	--	--	--	--	---

				Subtema 4 : Perkembangan Teknologi Transportasi (4 jam pelajaran) • Menemukan cara menjaga keselamatan orang lain saat bermain di pantai • Menjelaskan salah satu cara menjaga keselamatan orang lain dalam kegiatan air		mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air Keterampilan: Praktik/Kinerja Mempraktikkan prosedur gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air Portofolio Kemampuan mengetahui prosedur gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan		
--	--	--	--	---	--	---	--	--

						diri/orang lain dalam aktivitas air		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Tema : 8 (Prajaya Muda Karana)
Semester : 2 (Dua)

KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga, serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, serta benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
4. Menunjukkan keterampilan berpikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Mata Pelajaran	Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Pendidikan Penguatan Karakter	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
PJOK	3.4 Memahami bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional 4.4 mempraktikkan bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya	3.4.1 Menjelaskan gerak seimbang dominan dinamis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional. 3.4.2 Mengetahui gerak seimbang lentur, lincah, dan berdaya tahan dominan dinamis dalam rangka	• Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional	Subtema 1. Aku Anggota Pramuka (4 jam pelajaran) • Bermain lompat dengan satu kaki • Berjalan merangkak maju dan mundur Subtema 2. Aku Anak Mandiri (4 jam pelajaran) • Berlatih kelentukkan badan • Bermain menirukan gerak pohon kelapa	• Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas	Sikap: • Jujur • Disiplin • Tanggung Jawa • Santun • Peduli • Percaya diri • Kerja Sama • Religius • Nasionalis • Mandiri • Gotong Royong • Integritas Jurnal: • Catatan pendidik tentang sikap peserta didik	16 JP	• Buku Pedoman Guru Tema 8 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 8 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan

	tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional	pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional. 4.4.1 mempraktikkan gerak seimbang lentur, lincah, dan berdaya tahan dominan dinamis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional. 4.4.2 Menyajikan contoh gerak seimbang lentur, lincah, dan berdaya tahan dominan dinamis dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional.		Subtema 3 : Aku Suka Bertualang (4 jam pelajaran) • Bermain Galasin • Bermain Jala Ikan Subtema 4 : Aku Suka Berkarya (4 jam pelajaran) • Bermain Lompat Tali • Berlatih daya tahan kaki		saat di sekolah maupun informasi dari orang lain Penilaian Diri: • Peserta didik mengisi daftar cek tentang sikap peserta didik saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan: Tes Tertulis • Menyelesaikan soal yang berkaitan dengan berbagai prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran	Kebudayaan, 2016). • Software Pengajaran kelas 3 SD/MI dari SCI. • Video/slide/gambar tentang kebugaran jasmani.
--	---	--	--	--	--	--	--

						jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional Keterampilan: Praktik/Kinerja - Mempraktikkan Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional Portofolio - Kemampuan mengetahui berbagai Prosedur gerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

WEBSITEEDUKASI.COM
NIP.....