

Nomor Pokok Sekolah Nasional

--	--	--	--	--	--	--	--

Nomor Identitas Sekolah

--	--	--	--	--	--	--



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

PJOK

KELAS 3 SEMESTER 2

TEMA 5

TAHUN PELAJARAN 20..../20....

NAMA SEKOLAH :

DESA/KELURAHAN :

KECAMATAN :

KOTA/KABUPATEN :

PROPINSI :

WALI KELAS :

NIP :

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Keadaan Cuaca (Sub Tema 1)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Dengan kegiatan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak bertumpu dan keseimbangan dengan benar.
- 2. Dengan kegiatan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan gerak bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Saat cuaca mulai cerah ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas. Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan Ayo Mencoba dan Menalar - Siswa diminta melakukan pemanasan terlebih dahulu - Menanyakan pada siswa, kaki mana yang mereka rasakan lebih kuat saat bertumpu? Apakah kaki kiri atau kaki kanan? - Lazimnya, kaki yang kuat untuk bertumpu adalah kaki kiri. - Setelah semua siswa berlatih mencoba gerakan ini, ajak mereka melakukannya secara berkelompok. Lalu lombakan kelompok mana yang dapat bertahan dalam hitungan paling lama. - Setelah selesai, lakukan pendinginan. (Collaboration, Communication, Creativity and Innnovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan	50 menit
Kegiatan Penutup	A. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini B. Guru menyampaikan tugas dirumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) C. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. D. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Keadaan Cuaca (Sub Tema 1)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan olahraga, siswa dapat mempraktikkan gerak kombinasi bertumpu dan keseimbangan dalam aktivitas senam lantai, secara benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba dan Menalar - Lakukan pemanasan terlebih dahulu dengan cara melakukan senam ringan “Kepala.... Pundak” sambil menyanyikan lagu. - Sambil menyanyi, peganglah organ tubuh yang disebutkan dalam lirik lagu. Saat menyebutkan kepala, peganglah kepala. Saat menyebutkan pundak, peganglah pundak. Begitu juga saat menyebutkan lutut dan kaki, peganglah lutut dan kaki. - Dalam pembelajaran bertumpu dan keseimbangan kali ini, siswa akan melakukan gerakan meniru pesawat terbang dengan langkah-langkah yang ada di buku siswa. (Critical Thinking, Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan - Guru dapat bertanya, kaki mana yang lebih kuat saat dipakai untuk bertumpu? Apakah kaki kiri atau kaki kanan? - Lakukan pendinginan jika sudah selesai. - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan. (Communication, Creativity and Innovation)	50 menit
Kegiatan Penutup	1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini 2. Guru menyampaikan tugas rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) 3. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. 4. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Perubahan Cuaca (Sub Tema 2)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai dengan tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba dan menalar - Setelah siswa mengerjakan latihan, guru bertanya kepada siswa untuk memberikan contoh kegiatan apa saja yang bisa dilakukan saat cuaca hujan. Jawaban siswa tentu saja beragam. - Nah, guru juga memberikan contoh kegiatan yang bisa dilakukan saat cuaca hujan. Kegiatan ini dilakukan di dalam ruangan. - Guru mengajak siswa untuk melakukan aktivitas fisik/olahraga yang melatih keseimbangan siswa. (lihat buku siswa) - Guru akan mengajak siswa untuk melatih gerakan keseimbangan dengan cara bertumpu dan berputar. (Critical Thinking, Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan. (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	✓ Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini ✓ Guru menyampaikan tugas di rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) ✓ Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. ✓ Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Perubahan Cuaca (Sub Tema 2)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak keseimbangan dan putaran dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba dan Menalar - Guru mengajak siswa kembali untuk melakukan aktivitas fisik/olahraga yang melatih keseimbangan siswa. (lihat buku siswa) - Guru meminta siswa untuk berbaris berbanjar ke samping dan ke belakang dengan rapi. - Guru akan mengajak siswa untuk melatih variasi baru gerakan keseimbangan dengan cara bertumpu dan berputar. (Creativit and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan. (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	A. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini B. Guru menyampaikan tugas di rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) C. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. D. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Pengaruh Perubahan Cuaca terhadap Kehidupan Manusia (Sub Tema 3)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Dengan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dalam aktivitas senam lantai dengan benar.
- 2. Dengan kegiatan olahraga, siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do’a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. Kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan (Communication) Ayo Mencoba dan Menalar - Setelah selesai menulis, ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas. - Mereka akan berolahraga dengan menirukan gerakan kelinci melompat. - Lakukan pemanasan terlebih dahulu - Ajak siswa untuk melakukan gerakan menirukan kelinci melompat. sebagai variasi, guru dapat melakukan lomba antarsiswa. Siswa yang paling dulu mencapai finis keluar sebagai pemenang. - Setelah selesai, lakukan pendinginan. (Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	- Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini - Guru menyampaikan tugas di rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) - Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. - Salam dan do’a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Pengaruh Perubahan Cuaca terhadap Kehidupan Manusia (Sub Tema 3)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Dengan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan kombinasi gerakan putaran dan ayunan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.
- 2. Dengan kegiatan permainan, siswa dapat mempraktikkan gerakan putaran dan ayunan dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba Menalar - Ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas untuk berolahraga. - Memakai pakaian olahraga yang nyaman untuk bergerak. - Hari ini siswa akan berolahraga melakukan gerakan putaran dan ayunan. - Kemudian siswa melakukan langkah-langkah kegiatan yang ada pada buku siswa. - Lakukan berulang kali hingga siswa berani melakukannya dengan benar. - Setelah selesai, lakukan pendinginan dan refleksi dari kegiatan hari ini. (Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini 2. Guru menyampaikan tugas di rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) 3. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. 4. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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.

D.

Mengetahui
Kepala Sekolah,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Cuaca, Musim, dan Iklim (Sub Tema 4)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan bertanya jawab, siswa dapat menjelaskan dan mempraktikan kombinasi gerak tolakan dan berpindah dalam aktivitas senam lantai dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme) . 3. Kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba dan Menalar - Setelah selesai menulis, ajak siswa untuk melakukan aktivitas di luar kelas. - Mereka akan berolahraga dengan menirukan gerakan kelinci melompat. - Lakukan pemanasan terlebih dahulu - Setelah melakukan pemanasan, ajak siswa untuk melakukan gerakan menirukan kelinci melompat. - Jika semua siswa telah mencoba, sebagai variasi, guru dapat melakukan lomba antarsiswa. - Tentukan garis star dan garis finisnya. - Siswa yang paling dulu mencapai finis keluar sebagai pemenang. - Setelah selesai, lakukan pendinginan. (Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan. (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	- Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini - Guru menyampaikan tugas dirumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) - Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. - Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD
Kelas / Semester : 3 /2
Tema : Cuaca (Tema 5)
Sub Tema : Cuaca, Musim, dan Iklim (Sub Tema 4)
Muatan Terpadu : PJOK (3.5, 4.5)
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan berolahraga, siswa dapat mempraktikkan kombinasi gerak tolakan, melompat, dan mendarat dengan tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam dilanjutkan dengan do’a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. kegiatan literasi	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mengamati - Siswa mengamati penjelasan guru tentang kegiatan yang akan dilakukan Ayo Menanya - Siswa menanyakan manfaat kegiatan yang akan dilakukan. (Communication) Ayo Mencoba dan Menalar - Guru meminta siswa untuk bersatu bersama-sama menggeser meja dan kursi mereka ke sisi ruangan, merapat ke dinding. Guru menempatkan sebuah matras di tengah ruangan. - Guru mengajak siswa untuk melakukan aktifitas fisik/olahraga yang melatih tolakan, melayang, dan mendarat. - Guru akan meminta siswa mengamati gerakan guru sebagai contoh gerakan yang tepat dalam tolakan, melayang, dan mendarat. - Siswa diminta untuk beristirahat sambil minum air putih agar tubuh terasa segar kembali. (Creativity and Innovation) Ayo Mengkomunikasikan - Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang telah dilakukan. (Communication)	50 menit
Kegiatan Penutup	1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini 2. Guru menyampaikan tugas di rumah kerja sama dengan Orang Tua, Siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) 3. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. 4. Salam dan do’a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius)	10 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,

.....
Guru PJOK Kelas 3

.....
NIP.

.....
NIP.