

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
Kelas / Semester : 3 /1
Tema : Menyayangi Tumbuhan dan Hewan (Tema 2)
Sub Tema : Manfaat Hewan bagi Kehidupan Manusia (Sub Tema 2)
Muatan Terpadu : PJOK (3.2, 4.2)
Materi : Permainan Lompat Tali.
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Setelah mengamati penjelasan guru, siswa dapat menjelaskan prosedur kombinasi gerakan memutar dan meliuk dalam permainan lompat tali.
- 2. Setelah mengamati guru, siswa dapat mempraktikkan prosedur kombinasi gerakan memutar dan meliuk dengan tepat dalam permainan lompat tali.

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.	15 menit
Kegiatan Inti	Ayo Berlatih • Siswa bersiap-siap melakukan aktivitas olahraga. Sebelum ke lapangan siswa berganti pakaian olahraga. • Kegiatan olahraga diawali dengan melakukan pemanasan dengan berlari keliling lapangan sekolah atau melakukan kegiatan peregangan. • Guru dan siswa mendiskusikan binatang apa saja yang melakukan gerakan melompat. • Guru memberikan penjelasan bahwa kegiatan olahraga hari itu adalah loncat tali. • Guru memberikan contoh gerakan loncat tali a. Kaki lurus dan lengan menggantung di depan tubuh. b. Tubuh jongkok dengan posisi dada tegak. c. Tubuh meloncat ke udara dengan tangan terbuka ke atas. d. Mendarat dengan satu kaki dan lutut menekuk. • Guru juga memberikan contoh memutar tali. • Siswa bermain loncat tali. • Siswa dan guru kembali ke kelas. Sebelumnya siswa mengganti pakaian olahraga dengan pakaian seragam sekolah. (Creativity and Critical Thinking)	140 menit
Kegiatan Penutup	A. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. 1. Apa saja yang sudah dipelajari pada hari ini? 2. Bagaimana perasaanmu saat menceritakan kembali isi dongeng Kisah Semut dan Merpati/melakukan pantomim tentang sifat salah satu anggota keluarga/melakukan lompat tali? 3. Apa kegiatan yang paling disukai? 4. Informasi apa yang ingin diketahui lebih lanjut? 5. Bagaimana cara siswa mendapatkan informasi tersebut? 6. Pertanyaan yang diajukan guru dapat dijawab secara lisan atau tulisan. Jika guru menginginkan siswa menuliskan jawaban pertanyaan refleksi, sebaiknya siswa memiliki buku tulis khusus untuk refleksi. B. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi C. Salam dan doa penutup dipimpin 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 III

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Penilaian Sikap
- Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).
2. Penilaian Keterampilan :
- a. Penilaian: Observasi (Pengamatan)

Instrumen Observasi Berbentuk Lembar Pengamatan Mempraktikkan Loncat Tali

No	Kriteria	Terlihat (v)	Belum Terlihat (v)
1	Kaki lurus dan lengan menggantung di depan		
2	Sebelum meloncat jarak antara 2 kaki cukup lebar		
3	Tubuh jongkok dengan posisi dada tegak		
4	Mendarat dengan kaki depan dan lutut menekuk		
5	Lengan memutar karet		

Hasil Pengamatan Mempraktikkan Loncat Tali

No 1	Nama Siswa	Kriteria 1		Kriteria 2		Kriteria 3		Dst
		Terlihat (v)	Belum Terlihat (v)	Terlihat (v)	Belum Terlihat (v)	Terlihat (v)	Belum Terlihat (v)	
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								

- D. SUMBER DAN MEDIA
1. Buku Pedoman Guru Tema 2 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 2 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3
3. Tali
4. Baju Olahraga.