RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Kelas / Semester : 1 /1

Tema : Kegemaranku (Tema 2)

Sub Tema : Gemar Bernyanyi dan Menari (Sub Tema 2)

Muata Terpadu : PJOK (3.2, 4.2)

Materi : Gerakan Meliukan Badan 2 (Mempraktikkan gerakan "kepala, pundak, lutut, kaki")

Pembelajaran ke : 4 Alokasi waktu : 1 Hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat.

2. Melalui peragaan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki, siswa dapat mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat dan percaya diri.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	 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 	
Kegiatan	pemanasan. Avo Berlatih	65
Inti	Ayo Berlatih Gerakan Memegang "kepala, pundak, lutut, kaki" 1. Siswa mengamati gambar gerakan meliukkan tubuh memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki. 2. Siswa menyerap informasi yang disampaikan guru melalui teks dan gambar. 3. Guru mengarahkan siswa untuk menyimak instruksi dengan teliti. 4. Siswa melakukan gerakan memegang kepala, lutut, dan kaki. 5. Guru memperhatikan gerakan siswa guna memastikan gerakan dilakukan dengan tepat agar bermanfaat bagi tubuh siswa. 6. Hal-hal yang guru dan siswa harus perhatikan adalah sebagai berikut. • tegakkan punggung saat memegang kepala. • sejajarkan lengan dengan telinga saat memegang kepala. • luruskan lengan ke samping saat memegang pundak. • luruskan punggung dan kaki saat memegang lutut. • luruskan kaki saat jari tangan menyentuh kaki. 7. Siswa melakukan masing-masing gerakan 3 kali. Tiap set gerakan yang terdiri dari 3 kali diulang hingga 8 kali.	
	Lutut, Kaki" (Creativity and Innovation)	
Kegiatan Penutup	 Siswa mampu mengemukaan hasil belajar hari ini. Guru menyampaikan tugas kerja sama dengan orang tua dan siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (Mandiri) Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme. 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.

Mengetahui	20.
Kepala Sekolah,	Guru PJOK Kelas I

NIP	NIP

Lampiran Penilaian

1. Penilaian Sikap : Pengamatan dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan.

Contoh lembar pengamatan sikap :

Nama : Arora

Kelas/Sem : Kelas I/Sem 1

Pelaksanaan pengamatan : Di luar/di dalam pembelajaran

No	Aspek yang diamati	Tanggal	Catatan guru
1.	Rapi	1/08/2020	Berbaris rapi
2.	Percaya diri	1/08/2020	Mempraktekkan gerakan "kepala, pundak, lutut, kaki"
3.			

2. Penilaian Keterampilan



Centang (√) yang memenuhi kriteria

- Kriteria penilaian masing-masing memiliki poin 25 di setiap bobot angka. Jika bobotnya 4, maka skornya adalah 4 x 25 = 100, dan seterusnya.
- a) Mempraktikkan prosedur gerakan meliuk memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki dengan tempo lambat, sedang, dan cepat.



b) Memeragakan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki dengan tempo lambat, sedang, dan cepat.



D. SUMBER DAN MEDIA

- 1. Buku Pedoman Guru Tema 2 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 2 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
- 2. Video/slide/gambar tentang gerakan "kepala, pundak, lutut, kaki"
- 3. Lagu "kepala, pundak, lutut, kaki"