

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
Kelas / Semester : 3 /1
Tema : Pertumbuhan dan Perkembangan Makhluk Hidup (Tema 1)
Sub Tema : Pertumbuhan dan Perkembangan Tumbuhan (Sub Tema 4)
Muatan Terpadu : PJOK (3.1, 4.1)
Materi : Permainan Lompat dengan pohon singkong
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- 1. Setelah mengamati contoh, siswa dapat menjelaskan prosedur kombinasi gerakan lari dan lompat dalam bentuk permainan lompat bambu dengan benar.
- 2. Setelah mengamati contoh, siswa dapat mempraktikkan prosedur kombinasi gerakan lari dan lompat dalam bentuk permainan lompat bambu dengan percaya diri.

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 Mencoba • Batang pohon singkong yang tidak terpakai bisa digunakan untuk sebuah permainan seperti gatrik atau alat ukur dalam sebuah permainan. • Kegiatan dilakukan seperti berikut: ✓ Siapkan garis batas, sebagai garis tanda awal lompatan ✓ Siapkan batang untuk alat mengukur lompatan. ✓ Siswa mulai mengambil ancang-ancang. ✓ Siswa berlari sampai garis batas lompatan. ✓ Siswa mulai melompat pada garis tersebut. ✓ Beri tanda batas lompatan siswa. ✓ Ukurlah jarak lompatan siswa menggunakan batang pohon. ✓ Amati siswa yang paling jauh lompatannya. (Creativity and Innovation)	140 menit
Kegiatan Penutup	A. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. 1. Apa saja yang sudah dipelajari pada hari ini? 2. Bagaimana perasaan setelah bermain lompat jauh? 3. Apa kegiatan yang paling disukai? 4. Informasi apa yang ingin diketahui lebih lanjut? 5. Bagaimana cara siswa mendapatkan informasi tersebut? B. 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. C. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi. D. Kegiatan kelas diakhiri dengan doa bersama sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing dipimpin siswa yang diberi tugas. (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

.....
NIP.

NIP.....

LAMPIRAN PENILAIAN

- 1. Penilaian Sikap
Observasi selama kegiatan berlangsung (Lihat pedoman penilaian sikap).
- 2. Penilaian Keterampilan
 - a. Rubrik Melakukan Gerakan Kombinasi Lari dan Lompat.

No	Kriteria	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
		4	3	2	1
1	Kebenaran gerakan lari	Gerakan tangan dan kaki sesuai contoh yang disampaikan guru.	Gerakan tangan atau kaki sesuai contoh yang disampaikan guru.	Dapat melakukan kedua gerakan, namun tidak sesuai contoh .	Belum mampu melakukan gerakan yang dicontohkan.
2	Kebenaran gerakan melompat	Gerakan kaki dan posisi saat mendarat tepat.	Hanya gerakan kaki atau posisi mendarat yang sesuai contoh.	Dapat melakukan namun gerakan tidak sesuai contoh.	Belum mampu melakukan gerakan yang dicontohkan.

D. SUMBER DAN MEDIA

- 1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
- 2. Media Ajar Guru Indonesia SD/MI untuk kelas 3
- 3. Bambu/batang pohon singkong untuk melompat.