

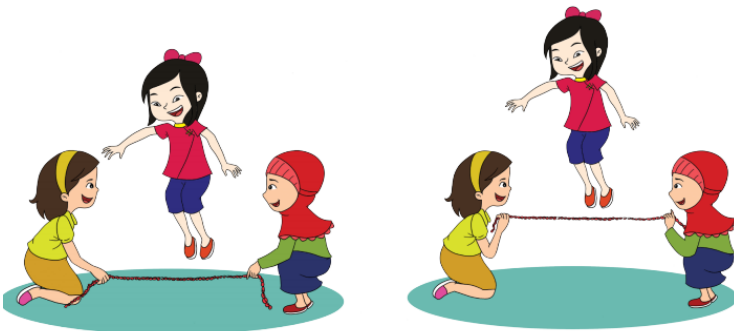
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN
 Kelas / Semester : 3 / 1
 Tema : Pertumbuhan dan Perkembangan Makhluk Hidup (Tema 1)
 Sub Tema : Pertumbuhan Hewan (Sub Tema 3)
 Muatan Terpadu : PJOK (3.1, 4.1)
 Materi : Permainan Lompat Karet
 Pembelajaran ke : 2
 Alokasi waktu : 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati contoh, siswa dapat menjelaskan prosedur kombinasi gerakan lari dan lompat dalam sebuah permainan sederhana dengan benar.
2. Setelah mengamati contoh, siswa dapat mempraktikkan prosedur kombinasi gerakan lari dan lompat dalam sebuah permainan sederhana 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.	10 menit
Kegiatan Inti	Ayo Mencoba • Kuda memiliki kesamaan dengan kucing. Berkaki empat, kulinya berambut, berkembang biak dengan cara melahirkan, dan menyusui. • Kuda memiliki kaki yang kuat dan mampu berlari dengan cepat. • Siswa berlatih menirukan gerak kuda saat berlari dan melompat. ✓ Siapkan karet sebagai pengganti papan lompatan. ✓ Beri tanda permulaan berlari dan melompat. ✓ Pilihlah dua orang yang bertugas memegang karet. ✓ Cobalah berlari dan melompat. ✓ Tinggi karet dapat ditambah sampai batas yang bisa kamu lompat.  • Siswa mengevaluasi diri masing-masing mengenai batas kemampuan melompat. (Creativity and Innovation)	150 menit
Kegiatan Penutup	A. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. B. Pertanyaan yang diajukan guru dapat dijawab secara lisan atau tulisan. C. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme. 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.

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Penilaian Sikap
Observasi selama kegiatan berlangsung (Lihat pedoman penilaian sikap).

2. Penilaian Keterampilan
Rubrik Melakukan Gerakan Kombinasi Lari dan Lompat

No	Kriteria	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
		4	3	2	1
1	Kebenaran gerakan Berlari	Gerakan kaki dan tangan sesuai contoh.	Hanya gerakan kaki atau tangan yang sesuai contoh.	Dapat melakukan namun gerakan 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, 2013).
2. Software Pengajaran kelas 3 semester 1 SD/MI.
3. Gambar/poster/slide/video tentang Gerakan permainan lompat karet.

Mengetahui
Kepala Sekolah,

....., .. 20..
Guru PJOK Kelas III

NIP.

NIP.