

**LAPORAN AKHIR INDIVIDU**  
**PENGENALAN LAPANGAN PERSEKOLAHAN II**  
**SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2023/2024**  
**DI UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 KWANYAR**



**Disusun Oleh:**

**Khoiriyah**

**2047711034**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA**  
**(STKIP) PGRI BANGKALAN**  
**TAHUN 2023**

**LAPORAN AKHIR INDIVIDU**  
**Pengenalan Lapangan Persekolahan II**  
**SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2023/2024**  
**DI UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 KWANYAR**



**Disusun Oleh:**

**Khoiriyah**

**2047711034**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA**  
**(STKIP) PGRI BANGKALAN**  
**TAHUN 2023**

## LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Pelaksanaan Pengenalan Persekolahan II Oleh:

Nama : Khoiriyah  
NIM : 2047711034  
Program Studi : Pendidikan Olahraga

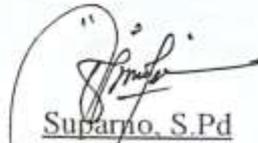
Telah diperiksa dan disetujui pada tanggal 21 Agustus s/d 16 September 2023

Dosen Pembimbing Laporan  
STKIP PGRI Bangkalan



Harvo Mukti Widodo, S.Or., M.Pd  
NIDN. 0719069302

Guru Pamong  
UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



Suparno, S.Pd  
NIP. 19701228200701 1 015

Mengetahui,

Kepala UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



Soleh Toha, S.Pd

NIP. 19650113 198703 1 007

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya, tugas mata kuliah Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II dikerjakan dengan baik dan tepat waktu. Laporan ini merupakan tugas kelompok yang wajib dilalui sesuai jadwal dengan Kurikulum Program Studi PGSD dan Pendidikan Olahraga STKIP PGRI Bangkalan. Dalam penyusunan laporan, kami mendapatkan dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu dukungannya, kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan makalah ini dengan tepat waktu.
2. Kedua orang tua yang telah membantu memberi dukungan dan segala upaya agar makalah ini dapat terselesaikan dengan baik.
3. Bapak Fajar Hidayatullah, M.Pd selaku ketua STKIP PGRI Bangkalan.
4. Ibu Ana Yuliati, M.Pd selaku Ka. Unit PPL.
5. Ibu Ika Lis Mariatun, M.Pd selaku koordinator lapangan PLP 2.
6. Ibu Anindita Trinura N, M.Pd selaku dosen pembimbing lapangan PLP 2.
7. Bapak Soleh Toha, S.Pd selaku kepala sekolah UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar.
8. Bapak Budi Ismanto, S.Pd selaku koordinator di sekolah UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar.
9. Bapak Suparno, S.Pd selaku guru pamong mata pelajaran PJOK di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar
10. Dan teman-teman mahasiswa program studi pendidikan olahraga yang telah bekerjasama dalam program PLP II ini.

Akhir kata, kami menyadari bahwa tugas laporan ini masih sangat jauh dari ketidak sempurnaan. Oleh karena itu, kami selalu terbuka akan kritik dan saran dari pembaca yang dapat membantu membuat laporan ini dengan lebih baik. Atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Bangkalan, 13 September 2023

Penyusun

## DAFTAR ISI

LEMBAR	
PENGESAHAN.....	Error!
Bookmark not defined.	
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR	
ISI.....	vi
DAFTAR	
GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang PLP II.....	1
B. Tujuan PLP II.....	4
C. Manfaat Pelaksanaan PLP II.....	4
BAB II PENYAJIAN LAPORAN KEGIATAN.....	7
A. Persiapan Pelaksanaa Program.....	7
a. Pembelajaran Microteaching.....	7
b. Pembekalan PLP II.....	8
c. Kalender Pendidikan ( <i>Terlampir</i> ).....	9
d. Rencana Pekan Aktif ( <i>Terlampir</i> ).....	9
e. Program Tahunan ( <i>Terlampir</i> ).....	10
f. Program Semester ( <i>Terlampir</i> ).....	10
g. Silabus ( <i>Terlampir</i> ).....	10
h. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) ( <i>Terlampir</i> ).....	11
B. Pelaksanaan Program.....	12
a. Persiapan Sebelum Mengajar.....	12

b. Pembuatan RPP.....	12
c. Praktik Mengajar .....	12
d. Umpan Balik Dari Guru Pamong .....	15
C. Hasil Pelaksanaan Program .....	15
a. Faktor Pendukung.....	15
b. Faktor Penghambat.....	16
c. Upaya Mengatasi (Faktor Penghambatan).....	16
<b>BAB III PENUTUP.....</b>	<b>18</b>
A. Kesimpulan .....	18
B. Saran .....	19
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>21</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>23</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Kegiatan upacara hari senin.....	98
Gambar 1.2	Acara pembukaan PLP II.....	98
Gambar 1.3	Acara istighosah dan memakai baju marlena dan sakera setiap tanggal 24.....	99
Gambar 1.4	Kegiatan senam pagi setiap Jum'at per 3 minggu sekali.....	99
Gambar 1.5	Kegiatan cuci tangan bersama setiap jum'at per 3 minggu sekali.....	100
Gambar 1.6	Kegiatan lapangan.....	100
Gambar 1.7	Kunjungan diminggu kedua korlap DPL.....	101
Gambar 1.8	Kunjungan diminggu kedua korlap DPL.....	101
Gambar 1.9	Evaluasi mengajar.....	102
Gambar 1.10	Foto bersama.....	102

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Jadwal mengajar individu PLP II mahasiswa program studi pendidikan Olahraga.....	13
-----------	--	----

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang PLP II**

Mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan yang mempunyai misi pencapaian menjadi perguruan tinggi unggul dalam membangun karakter tenaga pendidik yang cerdas, beretika, relegius, inovatif, amanah (CERIA) Tahun 2005. Program pengenalan lapangan persekolahan II (PLP II) merupakan salah satu program mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh mahasiswa semester 6. Dengan terselenggaranya program PLP I ini, mahasiswa akan siap menjadi pendidik pemula yang profesional. Yang dimana diselenggarakan di UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 Kwanyar. Mahasiswa program studi pendidikan Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) dan program studi pendidikan olahraga yang akan menyelesaikan tugas akhir dari mata kuliah PLP II pada tanggal 21 Agustus s/d 16 September 2023.

UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 Kwanyar, didirikan pada tahun 1914, yang terletak di JL. RAYA PESANGGRAHAN No. 1 daerah pesanggrahan kwanyar sekolah ini termasuk sekolah SD tertua di kecamatan kwanyar, kabupaten bangkalan, jumlah guru yang ada di UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 yaitu 13 Orang guru diantaranya ada 7 PNS termasuk kepala sekolah dan NON PNS 6 orang dan semua bersertifikat pendidik. Rata - rata setiap tahunnya siswa yang mendaftar harus memenuhi syarat yang sudah dicantumkan seperti ijazah TK, AKTA, KK dan foto copy KTP orang tua. UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 Kwanyar ini menganut 2 kurikulum yaitu kurikulum 2013 dan kurikulum merdeka, dimana kelas 1 dan 4 menggunakan kurikulum merdeka. Sedangkan, kelas 2, 3, 5 dan 6 menggunakan kurikulum 2013. Di sekolah ini juga terdapat ekstrakurikuler wajib seperti pramuka dan bulu tangkis yang diadakan setiap minggunya.

Mahasiswa program studi pendidikan olahraga adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. Mahasiswa program studi pendidikan olahraga merupakan calon guru mata pelajaran umum PJOK dari tingkat SD/MI, SMP/MTS, SMA/SMK/MA. Di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar ini mahasiswa program studi pendidikan olahraga mengajar secara langsung dilapangan untuk mendapatkan pengalaman dan mengetahui karakter siswa dan siswi dari kelas 1 sampai 6. Oleh karena itu, mahasiswa memberikan materi yang sudah di konsultasikan dari guru pamong sehingga dapat menyesuaikan dari media atau alat bantu dalam proses pembelajaran

Kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP II) dilakukan setelah mahasiswa menempuh Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP I) yang mencakup kegiatan observasi dan assesmen untuk menemukan permasalahan dan merancang program yang akan diberikan, sehingga Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP II) merupakan kelanjutan dan penerapan dari Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP I) Diharapkan setelah dilakukan PLP I mahasiswa memiliki persiapan yang baik serta maksimal yang akan diterapkan pada PLP II dalam hal ini praktek kegiatan belajar-mengajar, sehingga praktek belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik.

Menanggapi program PLP tersebut, saya sebagai mahasiswa Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan telah dibekali pada mata kuliah program pengalaman lapangan oleh: pengetahuan tentang perancangan, implementasi, dan evaluasi pembelajaran mendidik yang dikemas dalam microteaching dan simulasi, yang pada akhirnya melaksanakan ajar nyata ke sekolah yang ditunjuk sebagai tempat untuk mengimplementasikan dan mengaplikasikan pengetahuan teori dan praktik yang diperoleh mahasiswa di kampus dengan tujuan agar mahasiswa memiliki kompetensi kependidikan.

Keterampilan yang diajarkan dan dituntut untuk dimiliki dalam pelaksanaan mata kuliah ini adalah berupa ketrampilan-ketrampilan yang berhubungan dengan persiapan menjadi seorang calon guru atau pendidik. Kuliah *microteaching* ini dilaksanakan selama satu semester dengan harapan dengan diawali dengan kegiatan ini maka saat pelaksanaan PLP II yang sebenarnya di sekolah tidak lagi mengalami kecanggungan atau ketidaksiapan dalam proses belajar mengajar.

Program ini dilaksanakan dengan dimasukkan dalam mata kuliah yang wajib tempuh bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL pada semester berikutnya. Persyaratan yang diperlukan untuk mengikuti mata kuliah ini adalah mahasiswa yang telah lulus dalam kuliah *microteaching* dengan nilai minimal B. Dalam pelaksanaan perkuliahan, mahasiswa diberikan materi tentang bagaimana mengajar yang baik dengan disertai praktik untuk mengajar dengan peserta yang diajar adalah teman sekelompok atau *peer teaching*. Di dalam perkuliahan mahasiswa secara tidak langsung diajarkan menjadi calon guru baik untuk membuat RPP (rencana pelaksanaan pembelajaran), membuat materi ajar dan membuat evaluasi pembelajaran, dengan demikian mahasiswa dapat secara langsung belajar menjadi seorang guru yang profesional di bidangnya

Dalam program pengalaman lapangan ini, kami ditempatkan di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar. Untuk menjadi seorang guru yang baik juga harus mencontohkan kepada peserta didik yang baik juga. Oleh karena itu, menjadi seorang guru tidaklah mudah banyak hal yang perlu dikuasai dari mental, program, penguasaan kelas dan materi yang akan diajarkan kepada peserta didik. Dengan ini kami mempraktikkan dengan sesuai kemampuan setiap program studi yang ditempuh sebagai bekal kedepannya untuk menjadi seorang pendidik yang profesional. Sehingga dapat mengembangkan dalam meningkatkan pembelajaran untuk peserta didik. Maka dari itu, kami melaksanakan tugas ini dengan bersungguh-sungguh dalam pencapaian yang telah di kami dapatkan dari UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar.

## **B. Tujuan PLP II**

Secara umum dari PLP II agar mahasiswa dapat berlatih di sekolah mitra yang sesuai dengan pembelajaran dan manajemen sekolah mitra. Melalui kegiatan ini diharapkan mahasiswa memiliki 4 kompetensi yaitu kompetensi profesional, kompetensi pedagogic, kompetensi kepribadian, dan kompetensi sosial.

### **a. Tujuan umum**

Tujuan umum dalam PLP II ini agar tetap menjalin hubungan yang baik antara STKIP PGRI Bangkalan dengan UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar. Dan agar tetap menjalin hubungan yang baik antara mahasiswa dengan seluruh warga UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar dan menambah pengalaman dan ilmu pengetahuan yang telah dijalani selama PLP II berlangsung.

### **b. Tujuan Khusus**

- 1) Menelaah kurikulum dan perangkat pembelajaran yang digunakan guru
- 2) Menelaah strategi pembelajaran yang digunakan guru
- 3) Menelaah sistem evaluasi yang digunakan guru
- 4) Membantu guru dalam mengembangkan RPP, media pembelajaran, bahan ajar, dan perangkat evaluasi
- 5) Menelaah pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi dalam pembelajaran
- 6) Latihan mengajar dengan bimbingan guru pamong dan DPL PLP II, dengan tujuan merasakan langsung proses pembelajaran, serta pementapan jati diri calon pendidik.
- 7) Memberi bekal bagi mahasiswa agar dapat mempersiapkan dirinya menjadi seorang pendidik atau guru.
- 8) Memperaktikkan ilmu yang telah didapatkan di bangku kuliah.

## **C. Manfaat Pelaksanaan PLP II**

Manfaat pengenalan lapangan persekolahan II (PLP II) yaitu sebagai bekal dari mahasiswa agar memiliki wawasan yang luas serta pemahaman dan keterampilan mengenai pemanfaatan sarana dan prasarana

manajemen, lembaga, praktik kepemimpinan efektif, dan kultur lembaga yang menunjang proses terlaksananya pembelajaran di lembaga pendidikan formal. Menambah pengetahuan, gambaran, dan pemahaman baru tentang proses dan pembelajaran sekolah dasar. Selain itu, pelaksanaan PLP II diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait dalam PLP II tersebut, seperti mahasiswa, sekolah, bagi siswa dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

a. Bagi mahasiswa:

1. Mahasiswa Mendapatkan pengalaman mengembangkan RPP, Media pembelajaran, bahan ajar, dan perangkat pembelajaran
2. Mahasiswa Merasakan secara langsung proses mengajar/membimbing sebagai asisten guru/asisten konselor dengan bimbingan melekat dari guru pamong dan DPL;
3. Memperoleh pengalaman mengenai pelaksanaan evaluasi pembelajaran/ layanan BK dengan bimbingan melekat guru pamong dan DPL.

b. Bagi sekolah:

1. Dengan adanya mahasiswa PLP II, sekolah dapat terbantu dalam menjalankan sistem belajar-mengajar serta terjalinnya *sharing* komunikasi antar mahasiswa dengan guru mata pelajaran, serta sekolah memperoleh kesempatan untuk berperan menyiapkan dan membentuk calon guru atau calon tenaga kependidikan yang berkompeten.
2. Mempererat kerjasama antara sekolah latihan dengan perguruan tinggi yang bersangkutan yang dapat bermanfaat bagi para lulusannya kelak.
3. Memberikan masukan kepada sekolah atas hal-hal atau ide-ide baru dalam perencanaan program pendidikan yang akan datang.

c. Bagi siswa

1. Siswa dapat merasakan beberapa model pembelajaran variatif yang dipakai mahasiswa PLP II saat proses pembelajaran.

2. Siswa bisa mengetahui bagaimana proses pelaksanaan PLP II yang ada di perguruan tinggi.
- d. Bagi STKIP PGRI Bangkalan
1. Memperoleh masukan tentang kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian.
  2. Memperluas dan meningkatkan jaringan kerja sama dengan sekolah-sekolah latihan.
  3. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PLP, sehingga kurikulum dan metode yang dipakai dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.

## **BAB II**

### **PENYAJIAN LAPORAN KEGIATAN**

#### **A. Persiapan Pelaksanaa Program**

##### **a. Pembelajaran Microteaching**

Microteaching merupakan pengajaran yang berskala kecil yang terdapat minimal 5 – 10 siswa waktu yang diberikan hanya sekitar 10 – 15 menit, dan materi pelajaran yang disampaikan terbatas pada aspek yang sederhana. Microteaching terfokus kepada keterampilan dasar mengajar. Tujuan bagi mahasiswa atau calon guru yaitu, memberi pengalaman mengajar nyata dan latihan keterampilan dasar, mengembangkan keterampilan mengajar dan memberikan kesempatan berlatih bermacam-macam keterampilan dasar mengajar dan penggunaannya. Manfaat pembelajaran microteaching yaitu, menimbulkan, mengembangkan dan membina keterampilan mengajar tertentu, keterampilan mengajar yg esensial secara terkontrol dapat dilatihkan, balikan dapat segera diperoleh, latihan memungkinkan penguasaan kompetensi keterampilan mengajar lebih baik, memusatkan perhatian khusus pada komponen keterampilan dan menuntut pola observasi yang sistematis dan objektif.

Pelaksanaan pembelajaran microteaching ada 4 tahapan yaitu tahap kognitif, tahap persiapan, tahap latihan dan tahap refleksi dan balikan.

- Tahap Kognitif: pemahaman tentang konsep Microteaching, keterampilan dasar mengajar.
- Tahap Persiapan: perencanaan dan pembuatan persiapan tertulis dalam berbagai keterampilan dasar mengajar
- Tahap Latihan: praktik microteaching.
- Tahap Refleksi dan Balikan: dilakukan refleksi diri, diskusi hasil praktik dan pengamatan terhadap kelebihan dan kekurangan.

Siklus Praktek Reflective Microteaching antara lain sebagai berikut:

- Pengenalan Konsep (Microteaching, Refleksi diri, Keterampilan Dasar Mengajar)
- Melihat dan mendiskusikan model (hasil rekaman video /visual)
- Persiapan Microteaching (pembuatan RPP & rasionalnya)
- Praktik Microteaching
- Observasi, perekaman & Peer assessment
- Pemutaran rekaman, diskusi & umpan balik, refleksi
- Persiapan ulang berdasarkan rencana perbaikan pelaksanaan pembelajaran hasil refleksi
- Praktek ulang (Reteaching)
- Observasi, perekaman, & Peer assessment ulang
- Pemutaran rekaman, diskusi & umpan balik, serta refleksi kembali (ulang)
- Langkah tersebut dapat berulang sesuai kebutuhan (persiapan, praktik, refleksi & balikan) (Agusalim, 2018)

#### **b. Pembekalan PLP II**

Pembekalan PLP II merupakan tahapan untuk mahasiswa/i untuk mempersiapkan sebelum terjun langsung ke lapangan dan sebagai bekal. Kegiatan ini merupakan rangkaian persiapan sebelum penerjunan mahasiswa ke sekolah. Pembekalan ini diadakan untuk mempersiapkan mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan yang akan menghadapi pengalaman baru di lingkungan sekolah. PLP II ini merupakan kegiatan mengimplementasikan ilmu dan teori ilmu pendidikan yang sudah didapat sekaligus belajar pengalaman baru di lapangan.

Selain dapat mempraktekan ilmu ke sekolah, pembekalan ini juga membimbing mahasiswa tentang bagaimana memberikan perlakuan kepada peserta didik dalam menciptakan interaksi yang luar biasa di lingkungan Pendidikan. Mahasiswa pendidikan memiliki

antusias yang tinggi dilihat dari keaktifannya pada Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan semester sebelumnya yang komunikatif dalam keaktifan komunikasi.

Dengan pembekalan ini, diharapkan mahasiswa dapat menggunakan pola dan metode pembelajaran terbaru kepada peserta didik, dengan diimbangi penggunaan teknologi saat kegiatan belajar mengajar.

**c. Kalender Pendidikan (*Terlampir*)**

Kalender pendidikan atau kaldik merupakan pengaturan waktu kegiatan belajar mengajar (KBM) selama satu tahun proses pembelajaran. Kalender pendidikan mencakup permulaan tahun ajaran baru, waktu pembelajaran efektif, minggu efektif belajar, dan juga hari libur. Permulaan tahun ajaran baru adalah waktu dimulainya kegiatan belajar di awal semester, sedangkan minggu efektif belajar merupakan jumlah minggu kegiatan belajar di setiap tahun pelajaran baru. Sementara waktu pembelajaran efektif sendiri adalah jumlah jam belajar di sekolah yang mencakup seluruh mata pelajaran atau perkuliahan.

Kalender pendidikan menjadi acuan untuk merencanakan seluruh kegiatan pembelajaran pada tahun pelajaran tertentu. Secara umum kalender pendidikan berfungsi untuk mendorong efektivitas dan efisiensi proses pembelajaran di sekolah. Waktu libur merupakan waktu bebas dari kegiatan pembelajaran. Waktu libur biasanya bervariasi, dapat berupa jeda di tengah semester, jeda per semester, libur ketika akhir tahun pelajaran, hari libur khusus keagamaan, hari libur nasional, dan hari libur khusus.

**d. Rencana Pekan Aktif (*Terlampir*)**

Rencana pekan efektif (RPE) merupakan hitungan hari-hari efektif yang ada pada tahun pelajaran yang sedang berlangsung. Di samping modul perlu dikembangkan program mingguan dan harian. Program ini merupakan program penjabaran semester dan program

modul. Melalui program ini dapat diketahui tujuan-tujuan yang telah dicapai dan yang perlu diulang, bagi setiap peserta didik, sehingga dapat diketahui peserta didik yang mendapat kesulitan dalam setiap modul yang dikerjakan dan peserta didik yang memiliki kecepatan belajar diatas rata-rata kelas. Rencana pekan efektif secara garis besar terdiri dari tiga bagian yaitu: Identitas Pelajaran, Perhitungan Alokasi Waktu (PAW) dan Distribusi Alokasi Waktu (DAW).

**e. Program Tahunan (*Terlampir*)**

Program tahunan merupakan anjakan penentuan alokasi waktu selama satu (1) tahun untuk mencapai kompetensi-kompetensi dasar yang ada dalam kurikulum (Astuti, 2018). Manfaat program tahunan (Prota) bagi guru dan sekolah adalah untuk mempermudah kegiatan pembelajaran yang dilakukan di sekolah. 1. Bagi Guru: untuk mempermudah guru dalam penyampaian materi yang akan disampaikan sesuai dengan JP (Jam Pelajaran) yang telah dibuat.

**f. Program Semester (*Terlampir*)**

Program semester adalah program pengajaran yang harus dicapai selama satu semester, selama periode ini diharapkan para siswa menguasai pengetahuan, sikap dan keterampilan sebagai satu kesatuan utuh. Program semester atau prosem merupakan gambaran distribusi materi selama satu semester berdasarkan standar kompetensi dan kompetensi dasar yang telah di rumuskan dalam standar isi. Program semester dijabarkan dari Garis-Garis Besar Program Pengajaran pada masing-masing bidang studi/mata pelajaran, di dalamnya terdiri atas: pokok bahasan/ sub-pokok bahasan, alokasi waktu, dan alokasi pertemuan kapan pokok bahasan/sub-pokok bahasan tersebut disajikan.

**g. Silabus (*Terlampir*)**

Abdul Majid (2011:38) silabus adalah rancangan pembelajaran yang berisi rencana bahan ajar mata pelajaran tertentu pada jenjang dan kelas tertentu, sebagai hasil dari seleksi, pengelompokan,

pengurutan, dan penyajian materi kurikulum, yang dipertimbangkan berdasarkan ciri dari kebutuhan daerah setempat. Silabus bermanfaat sebagai pedoman dalam pengembangan pembelajaran, seperti pembuatan rencana pembelajaran, pengelolaan kegiatan pembelajaran dan pengembangan sistem penilaian. Silabus bermanfaat sebagai pedoman untuk merencanakan pengelolaan kegiatan belajar secara klasikal, kelompok kecil, atau pembelajaran secara individual. Silabus bermanfaat untuk mengembangkan sistem penilaian, yang dalam pelaksanaan pembelajaran berbasis kompetensi sistem penilaian selalu mengacu pada standar kompetensi, kompetensi dasar dan pembelajaran yang terdapat di dalam silabus. Pada umumnya suatu silabus paling sedikit harus mencakup unsur-unsur sebagai berikut antara lain:

1. Tujuan mata pelajaran yang akan diajarkan.
2. Sasaran-sasaran mata pelajaran.
3. Keterampilan yang diperlukan agar dapat menguasai mata pelajaran dengan baik.
4. Urutan topik-topik yang diajarkan.
5. Aktivitas dan sumber-sumber belajar pendukung keberhasilan pengamatan.
6. Berbagai teknik evaluasi yang digunakan.

**h. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) (*Terlampir*)**

Pembelajaran, bahwa tahap pertama dalam pembelajaran menurut standar proses yaitu perencanaan pembelajaran yang diwujudkan dengan kegiatan, penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Selanjutnya dijelaskan bahwa RPP adalah rencana pembelajaran yang dikembangkan secara rinci dari suatu pokok atau tema tertentu yang mengacu pada silabus. Rencana pelaksanaan pembelajaran yang dimaksud adalah rencana pelaksanaan pembelajaran berorientasi pembelajaran terpadu yang menjadi pedoman bagi guru dalam proses pembelajaran. Komponen-komponen penting yang ada dalam rencana pembelajaran meliputi: Standar Kompetensi (SK), Kompetensi Dasar (KD), Hasil belajar, Indikator

pencapaian hasil belajar, strategi pembelajaran, sumber pembelajaran, alat dan bahan, langkah-langkah kegiatan pembelajaran, dan Evaluasi.

## **B. Pelaksanaan Program**

### **a. Persiapan Sebelum Mengajar**

Sebagai persiapan melaksanakan Pelaksanaan Lapangan Persekolahan (PLP II) baik yang dipersiapkan berupa persiapan fisik maupun mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang akan muncul selanjutnya, maka UPPL membuat berbagai program persiapan sebagai bekal mahasiswa dalam melaksanakan PLP II. Program-program tersebut juga berperan untuk meningkatkan kompetensi calon tenaga pendidik terutama guru, seperti kompetensi profesionalisme, pedagogik, sosial dan kepribadian. Di bawah ini merupakan persiapan yang dilaksanakan. Mahasiswa diberikan jadwal dari pihak sekolah UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar dari tanggal 22 Agustus s/d 13 September 2023. Untuk persiapan sebelum mengajar mahasiswa wajib berkonsultasi kepada guru pamong terkait RPP dan materi yang ingin diajarkan kepada siswa dan siswi. Maka dari itu, mahasiswa harus menyiapkan media atau alat yang akan disampaikan kepada siswa dan siswi yang sesuai dengan program semester guru pamong dari kelas 1 sampai 6 mata pelajaran PJOK.

### **b. Pembuatan RPP**

Pembuatan RPP ini dimana kami mahasiswa selalu berkonsultasi sebelum mengajar terkait pembuatan RPP kepada guru pamong supaya tidak ada kesalahan dalam pembuatan RPP tersebut. Oleh karena itu, kami di pinjamkan buku siswa dan buku guru untuk menghubungkan dalam pembuatan RPP supaya dalam memberikan materi sesuai dengan apa yang dicantumkan dalam RPP.

### **c. Praktik Mengajar**

Dalam praktik mengajar kami menampilkan semaksimal mungkin dalam proses pembelajaran berlangsung dan didampingi oleh guru pamong setiap kelas. Praktik mengajar merupakan kegiatan

pokok Pelaksanaan Lapangan Persekolahan (PLP) dimana mahasiswa ikut terlibat langsung dalam proses belajar mengajar (PMB) dengan tujuan agar mahasiswa memperoleh pengalaman secara langsung pada kegiatan belajar mengajar di dalam kelas.

Kegiatan PLP II itu sendiri merupakan praktik latihan mengajar yang sifatnya aplikatif dan terpadu dari seluruh pengalaman belajar sebelumnya, hal ini bertujuan untuk mempersiapkan mahasiswa agar memiliki kemampuan keguruan sehingga dapat mempersiapkan diri dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya sebagai seorang calon pendidik. Berikut jadwal mengajar selama 4 kali penampilan program PLP II di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar.

*Tabel. 1 Jadwal mengajar individu PLP II mahasiswa program studi pendidikan Olahraga*

Hari/ Tanggal	Minggu ke-	Kelas	Kompetensi Dasar
Jum'at/25 Agustus2023	2	5	<p>3.1 Memahami kombinasi dan gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional</p> <p>4.1 Mempraktikkan gerak dasar passing bawah, passing atas, dalam permainan bola voli dengan berbagai bentuk permainan sederhana dan</p>

			atau tradisional
Kamis/31 Agustus 2023	2	4	<p>3.1 Mempraktikkan berbagai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non-lokomotor (Gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut</p> <p>4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar (gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut)</p>
Senin/4 September	2	6	<p>Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional</p> <p>Mempraktikkan kombinasi tehnik dasar lari jarak pendek dengan benar dari olahraga atletik.</p>
Rabu/13 September 2023	3	3 (A dan B)	<p>3.1 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam</p>

			berbagai permainan sederhana atau tradisional
		4.1	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif (jalam, membungkuk, dan menendang bola) berbagai permainan sederhana atau tradisonal

**d. Umpan Balik Dari Guru Pamong**

Setelah selesai mengajar dikelas guru pamong selalu memberi masukan atau saran terkait penampilan dalam mengajar di kelas dengan memberikan arahan dan menyampaikan kekurangan yang telah di ajarkan kepada siswa dan siswa. Dengan tujuan supaya mahasiswa dapat memperbaiki penampilan mengajar di penampilan berikutnya supaya lebih baik dalam mengajar dikelas ataupun dilapangan.

**C. Hasil Pelaksanaan Program**

**a. Faktor Pendukung**

Dalam konteks mengajar selama PLP II ini kami mahasiswa program studi PGSD dan pendidikan olahraga, kami sangat dibantu oleh pihak sekolah dalam proses mengajar kepada siswa dan siswi untuk dikelas dari guru pamong kelas 1 sampai 6 dan guru pamong PJOK. Faktor pendukung merupakan faktor yang menunjang keberhasilan suatu kegiatan ekstensi. Faktor pendukung sangat penting bagi pelaksanaan PLP II sendiri. Adapun faktor pendukung selama PLP II di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar sebagai berikut:

1. Pihak sekolah dalam hal ini UPTD SDN pesanggrahan 1 Kwanyar menyambut dengan sangat baik mahasiswa PLP II STKIP PGRI

Bangkalan dan memfasilitasi kegiatan mengajar maupun kegiatan non mengajar sehingga mendukung pelaksanaan PLP II.

2. Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PLP II yang profesional dalam bidang pendidikan, sehingga mahasiswa-mahasiswa PLP II diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran.
3. Guru pamong yang selalu berkoordinasi dan memberikan arahan dan bimbingan sehingga mahasiswa-mahasiswa PLP II dapat mengetahui langkah yang harus dilakukan dalam mengajar.
4. Siswa dan siswi kelas 1 sampai 6 yang aktif, kreatif, dan antusias sehingga dapat tercipta kondisi yang menyenangkan dalam proses kegiatan belajar mengajar.
5. Rekan PLP II di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar terutama untuk program studi PGSD dan Pendidikan Olahraga yang selalu kompak dan saling bantu membantu untuk masalah mengajar maupun kegiatan non mengajar di UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar.

#### **b. Faktor Penghambat**

Faktor yang dapat menghambat keberhasilan suatu kegiatan pada saat pelaksanaan PLP II di UPTS SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar selama pelaksanaan menemukan faktor penghambat antar lain:

1. Teknik penguasaan kelas yang masih kurang.
2. Adanya siswa yang kurang memperhatikan dan membuat kegaduhan di kelas ataupun di lapangan sehingga mengganggu siswa yang lain yang ingin belajar.
3. Cakupan materi yang sangat luas.

#### **c. Upaya Mengatasi (Faktor Penghambatan)**

Upaya mengatasi dalam faktor penghambat keberhasilan suatu kegiatan pada saat pelaksanaan PLP II di UPTS SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar sebagai berikut:

1. Mahasiswa PLP II melakukan konsultasi dengan guru pamong mengenai teknik pengelolaan kelas yang sesuai untuk mata pelajaran dikelas maupun dilpangan yang akan diajarkannya.
2. Diciptakan suasana belajar yang serius tapi menyenangkan, yakni penyampaian materi dengan diselingi sedikit humor atau permainan dalam kelas maupun dilapangan tetapi tidak berlebihan. Hal ini dilakukan untuk menghindari kurangnya konsentrasi, rasa jenuh dan bosan dari peserta didik karena suasana yang tidak kondusif.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Program PLP II merupakan salah satu mata kuliah yang harus ditempuh oleh mahasiswa STKIP PGRI BANGKALAN sebagai calon guru. Dengan adanya PLP ini, mahasiswa (Calon Guru) secara langsung akan terjun ke lapangan untuk melihat kondisi lapangan secara real. Selain itu dalam kegiatan PLP ini mahasiswa (Calon guru) akan belajar untuk mengaplikasikan teori yang telah didapatnya di bangku kuliah.

Berdasarkan analisis hasil pelaksanaan PLP II maka didapatkan pengalaman serta kesimpulan sebagai berikut:

- a. Sebelum melakukan praktek mengajar, perlu menyusun rencana kegiatan pembelajaran dan metode serta teknik yang tepat untuk anak, sehingga mampu memanfaatkan waktu pembelajaran dan potensi siswa secara optimal.
- b. Lebih mengenal karakteristik belajar peserta didik secara umum.
- c. Menambah pengalaman untuk mengawali pembelajaran, belajar untuk lebih dekat dengan siswa sehingga siswa juga merasa nyaman untuk belajar.
- d. Belajar menyusun rencana pembelajaran dan membuat media pembelajaran.
- e. Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II sangat membantu dalam mengenal situasi pembelajaran secara langsung terutama untuk mempersiapkan mahasiswa menjadi seorang pendidik profesional.
- f. Untuk bisa berhasil menjadi pendidik profesional sangat diperlukan kemauan dan kemampuan yang memadai terutama dalam mempersiapkan proses pembelajaran yang mampu mengaktifkan siswa di dalam pembelajaran tersebut.
- g. Banyaknya intensitas mengajar akan menambah banyak pengetahuan dan pengalaman sehingga mahasiswa mempunyai bekal yang cukup untuk menyiapkan diri menjadi seorang guru yang profesional.

- h. Mendapat pengalaman yang nyata dan mengetahui lebih jauh tentang bermacam-macam permasalahan yang ada di sekolah kemudian cara mengatasi masalah tersebut.
- i. PLP II memberikan bekal berupa pengalaman bagi mahasiswa yang nantinya dapat digunakan ketika mahasiswa terjun dalam pekerjaan sebagai tenaga pendidik.
- j. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.
- k. Empat kompetensi yang harus dimiliki oleh guru, yaitu: kompetensi pedagogik, kepribadian, profesional, dan sosial.
- l. Hambatan yang ada didalam kelas saat KBM berlangsung biasanya yaitu pemahamann siswa yang beragam, minat belajar siswa yang menurun, sikap siswa yang kurang mendukung jalannya KBM. Mahasiswa praktikan agak kesulitan dalam mengkondisikan kelas yang gaduh, solusi yang dilakukan adalah mengadakan diskusi, melakukan pendekatan terhadap siswa yang membuat gaduh, dan lebih interaktif terhadap siswa.

## **B. Saran**

Di harapkan dengan adanya PLP II ini dapat membantu mempersiapkan mahasiswa menjadi calon pendidik professional. Terutama dalam pelaksanaan praktek mandiri, disini mahasiswa dapat belajar menjadi guru sesungguhnya karena mahasiswa mengajar langsung dengan praktik di lapangan. Demi menunjang keberhasilan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II pada masa yang akan datang, ada beberapa hal yang perlu mendapat perhatian sehubungan dengan pelaksanaan PLP II adalah sebagai berikut:

Untuk sekolah UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar:

- 1) Dengan mempertahankan hubungan baik dengan pihak STKIP PGRI BANGKALAN yang telah terjalin selama ini diharapkan timbul hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.

- 2) Meningkatkan fasilitas sekolah guna menunjang kelancaran dan keberhasilan kegiatan belajar mengajar di sekolah.
- 3) Pihak sekolah dapat bersinergi dengan mahasiswa PLP II sehingga program yang dijalankan mahasiswa praktikan mendukung program di sekolah.

Untuk kampus STKIP PGRI BANGKALAN

- 1) Perlu adanya peningkatan koordinasi antara UPPL, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan sekolah tempat mahasiswa PLP melakukan praktik mengajar.
- 2) Bimbingan dan dukungan moril dari dosen pembimbing tetap dipertahankan dan lebih ditingkatkan agar mahasiswa praktikan dapat menjalankan tugas mengajarnya dengan percaya diri yang besar.
- 3) Meningkatkan hubungan baik antara sekolah sebagai lokasi PLP, sehingga mahasiswa tidak mengalami kesulitan yang berarti saat pelaksanaan kegiatan.
- 4) Program pembekalan lebih diefisienkan, dan lebih ditekankan pada permasalahan yang mungkin ditemukan ketika kegiatan berlangsung.
- 5) Meningkatkan koordinasi satu sama lain, mahasiswa, DPL PLP, sekolah agar setiap aturan yang dikeluarkan tersosialisasi dengan baik kepada pihak-pihak yang bersangkutan terutama untuk kurikulum baru 2013.

Untuk Mahasiswa STKIP PGRI Bangkalan:

- 1) Mahasiswa hendaknya lebih meningkatkan konsultasi dengan Guru Pamong dan Dosen Pembimbing
- 2) Mahasiswa harus membuat perencanaan pembelajaran dengan baik dan benar agar proses belajar mengajar dapat sesuai dengan tujuan pembelajaran.
- 3) Dalam penyampaian materi pembelajaran perlu meningkatkan penggunaan metode yang komunikatif dan partisipatif.
- 4) Mahasiswa harus menyiapkan alat dan media pembelajaran dengan baik.
- 5) Menjaga nama baik kampus STKIP PGRI BANGKALAN

Untuk Siswa UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar:

- 1) Lebih menyukai dengan pelajaran yang disampaikan oleh Guru maupun yang dipraktikkan.
- 2) Harus lebih percaya diri dalam mengikuti proses pembelajaran , sehingga akan mendapatkan motivasi belajar.
- 3) Untuk mulai bersikap dewasa terhadap Guru, sehingga apa yang disampaikan oleh guru dapat diserap dengan maksimal.
- 4) Agar dapat lebih menghargai peranan seorang guru pengajar.
- 5) Usahakan untuk menjadi siswa yang aktif bukan pasif didalam kelas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusalim, V. (2018). *Pengantar Mictoteaching*. Retrieved from Slide Player : <https://slideplayer.info/slide/12038359/>
- Astuti, D. S. (2018). Analisa Kesulitan Penyusunan Program Tahunan Dan Program Semester Bagi Calon Guru Biologi Fkip Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Seminar Nasional Pendidikan Sains “Mengintegrasikan Nature dan Nurture untuk Memberdayakan HOTS di Era Disrupsi”*, 58-62.

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### KALENDER PENDIDIKAN TAHUN PELAJARAN 2023/2024 UNTUK PAUD, SD, SMP DAN SEDERAJAT DI KABUPATEN BANGKALAN

#### SEMESTER GANJIL

<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">Juli 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24/31</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23</td><td>30</td></tr> </tbody> </table>	Juli 2023.					Senin	3	10	17	24/31	Selasa	4	11	18	25	Rabu	5	12	19	26	Kamis	6	13	20	27	Jum'at	7	14	21	28	Sabtu	1	8	15	22	29	Minggu	2	9	16	23	30	<p>17 Juli 2023 : Hari Pertama TahunPelajaran 2023/2024 17,18,20 Juli 2023 : MPLS</p> <p>19 Juli 2023 : Tahun Baru Hijriyah 1445 H</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">Agustus 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23</td><td>30</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24</td><td>31</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td><td></td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td><td></td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>17 Agustus 2023 : HUT Kemerdekaan RI</p>	Agustus 2023.					Senin	7	14	21	28	Selasa	1	8	15	22	29	Rabu	2	9	16	23	30	Kamis	3	10	17	24	31	Jum'at	4	11	18	25		Sabtu	5	12	19	26		Minggu	6	13	20	27	
Juli 2023.																																																																																										
Senin	3	10	17	24/31																																																																																						
Selasa	4	11	18	25																																																																																						
Rabu	5	12	19	26																																																																																						
Kamis	6	13	20	27																																																																																						
Jum'at	7	14	21	28																																																																																						
Sabtu	1	8	15	22	29																																																																																					
Minggu	2	9	16	23	30																																																																																					
Agustus 2023.																																																																																										
Senin	7	14	21	28																																																																																						
Selasa	1	8	15	22	29																																																																																					
Rabu	2	9	16	23	30																																																																																					
Kamis	3	10	17	24	31																																																																																					
Jum'at	4	11	18	25																																																																																						
Sabtu	5	12	19	26																																																																																						
Minggu	6	13	20	27																																																																																						
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">September 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23</td><td>30</td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24</td><td>31</td></tr> </tbody> </table>	September 2023.					Senin	4	11	18	25	Selasa	5	12	19	26	Rabu	6	13	20	27	Kamis	7	14	21	28	Jum'at	1	8	15	22	29	Sabtu	2	9	16	23	30	Minggu	3	10	17	24	31	<p>28 September 2023 : Maulid Nabi Muhammad S.A.W</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">Oktober 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23/30</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24/31</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> </tbody> </table> <p>12,13,14 Oktober 2023 : Kegiatan Tengah Semester</p>	Oktober 2023.					Senin	2	9	16	23/30	Selasa	3	10	17	24/31	Rabu	4	11	18	25	Kamis	5	12	19	26	Jum'at	6	13	20	27	Sabtu	7	14	21	28	Minggu	1	8	15	22	29				
September 2023.																																																																																										
Senin	4	11	18	25																																																																																						
Selasa	5	12	19	26																																																																																						
Rabu	6	13	20	27																																																																																						
Kamis	7	14	21	28																																																																																						
Jum'at	1	8	15	22	29																																																																																					
Sabtu	2	9	16	23	30																																																																																					
Minggu	3	10	17	24	31																																																																																					
Oktober 2023.																																																																																										
Senin	2	9	16	23/30																																																																																						
Selasa	3	10	17	24/31																																																																																						
Rabu	4	11	18	25																																																																																						
Kamis	5	12	19	26																																																																																						
Jum'at	6	13	20	27																																																																																						
Sabtu	7	14	21	28																																																																																						
Minggu	1	8	15	22	29																																																																																					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">Nopember 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23</td><td>30</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24</td><td>31</td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td><td></td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td><td></td></tr> </tbody> </table>	Nopember 2023.					Senin	6	13	20	27	Selasa	7	14	21	28	Rabu	1	8	15	22	29	Kamis	2	9	16	23	30	Jum'at	3	10	17	24	31	Sabtu	4	11	18	25		Minggu	5	12	19	26		<p>11-16 Desember 2023: Asesmen Akhir Semester 23 Desember 2023: Akhir Semester I 2023/2024 25-30 Desember 2023: Libur Semester I* (Bagi peserta didik)</p> <p>25 Desember 2023: Hari Raya Natal 26 Desember 2023: Cuti Bersama</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="5" style="text-align: center;">Desember 2023.</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Senin</td><td>4</td><td>11</td><td>18</td><td>25</td></tr> <tr><td>Selasa</td><td>5</td><td>12</td><td>19</td><td>26</td></tr> <tr><td>Rabu</td><td>6</td><td>13</td><td>20</td><td>27</td></tr> <tr><td>Kamis</td><td>7</td><td>14</td><td>21</td><td>28</td></tr> <tr><td>Jum'at</td><td>1</td><td>8</td><td>15</td><td>22</td><td>29</td></tr> <tr><td>Sabtu</td><td>2</td><td>9</td><td>16</td><td>23</td><td>30</td></tr> <tr><td>Minggu</td><td>3</td><td>10</td><td>17</td><td>24</td><td>31</td></tr> </tbody> </table>	Desember 2023.					Senin	4	11	18	25	Selasa	5	12	19	26	Rabu	6	13	20	27	Kamis	7	14	21	28	Jum'at	1	8	15	22	29	Sabtu	2	9	16	23	30	Minggu	3	10	17	24	31
Nopember 2023.																																																																																										
Senin	6	13	20	27																																																																																						
Selasa	7	14	21	28																																																																																						
Rabu	1	8	15	22	29																																																																																					
Kamis	2	9	16	23	30																																																																																					
Jum'at	3	10	17	24	31																																																																																					
Sabtu	4	11	18	25																																																																																						
Minggu	5	12	19	26																																																																																						
Desember 2023.																																																																																										
Senin	4	11	18	25																																																																																						
Selasa	5	12	19	26																																																																																						
Rabu	6	13	20	27																																																																																						
Kamis	7	14	21	28																																																																																						
Jum'at	1	8	15	22	29																																																																																					
Sabtu	2	9	16	23	30																																																																																					
Minggu	3	10	17	24	31																																																																																					

**PENENTUAN HARI EFEKTIF  
TAHUN PELAJARAN 2023/2024  
SEMESTER 1**

*130 Hari Efektif*

BULAN	HARI					
JULI	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
	17	18	19	20	21	22
	24	25	26	27	28	29
	31					
JUMLAH	2/3	1/2	1	1/2	2	2
9/12						

BULAN	HARI					
AGUSTUS	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
		1	2	3	4	5
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	LHB	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30	31		
JUMLAH	4	5	5	4	4	4
26						

BULAN	HARI					
SEPTEMBER	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
					1	2
	4	5	6	7	8	9
	11	12	13	14	15	16
	18	19	20	21	22	23

	25	26	27	LHB	29	30
JUMLAH	4	4	4	3	5	5
	25					

BULAN	HARI					
	SENI	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
OKTOBER	N					
	2	3	4	KTS	KTS	KTS
	9	10	11	12	13	14
	16	17	18	19	20	21
	23	24	25	26	27	28
	30	31				
JUMLAH	5	5	4	3	3	3
	23					

BULAN	HARI					
	SENI	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
NOPEMBER	N					
		1	2	3	4	5
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30			
JUMLAH	4	5	5	4	4	4
	26					

BULAN	HARI					
	SENI	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
DESEMBE	N					
					1	2

R	4	5	6	7	8	9
	11	12	13	14	15	16
	18	19	20	21	LS1	LS1
	HB	CB	LS1	LS1	LS1	LS1
JUMLAH	3	3	3	3	3	3
	18					

## PROGRAM TAHUNAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Nama Sekolah : UPTD SD Negeri Pesanggrahan 1

Kelas / Semester : VI / 1

Tahun Pelajaran : 2023/2024

Tema	Sub Tema	Kompetensi Dasar	Alokasi Waktu	Ket
<b>1</b> <b>Selamatkan</b> <b>n Makhluk</b> <b>Hidup</b>	1 Tumbuhan Sumber Kehidupan	3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.  4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.	1 x 4JP	Juli Minggu Ke 4
	2 Hewan	3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor,	1 x 4JP	Juli Minggu Ke

	Sahabatku	<p>nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.</p> <p>4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.</p>		5
	<p>3</p> <p>Lestarkan Hewan Dan Tumbuhan</p>	<p>3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.</p> <p>4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau</p>	1 x 4JP	<p>Agustus</p> <p>Minggu Ke 1</p>

		olahraga tradisional bola kecil.		
<b>Ulangan Harian</b>				Agt Mg Ke 2
<b>2</b> <b>Persatuan</b> <b>Dalam</b> <b>Perbedaan</b>	1 Rukun dalam Perbedaan	3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.  4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	1 x 4JP	Agustus Minggu Ke 3
	2 Bekerjasama Mencapai Tujuan	3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan	1 x 4JP	Agustus Minggu Ke 4

		<p>kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.</p> <p>4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.</p>		
	<p>3 Bersatu Kita Teguh</p>	<p>3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.</p> <p>4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik</p>	1 x 4JP	<p>Agustus Minggu Ke 5</p>

		melalui permainan dan atau olahraga tradisional.		
<b>Ulangan Harian</b>				Sep Mg Ke 1
<b>3 Tokoh dan Penemuan</b>	1 Penemu yang Mengubah Dunia	<p>3.5 Memahami konsep latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai).</p> <p>4.5 Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung</p>	1 x 4JP	September Minggu Ke 2

		kelentukan tungkai).		
	2 Penemuan dan Manfaatnya	3.11 Memahami dan cara mengukur kebugaran jasmani dengan salah satu jenis tes kebugaran. 4.11 Menyajikan cara mengukur kebugaran jasmani dengan salah satu jenis tes kebugaran.	1 x 4JP	September Minggu Ke 3
	3 Ayo, Menjadi Penemu	3.5 Memahami konsep latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai). 4.5 Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara	1 x 4JP	September Minggu Ke 4

		<p>sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai).</p>		
<b>Ulangan Harian</b>				Sep Mg Ke 5
<b>4</b> <b>Globalisasi</b>	1 Globalisasi Di Sekitarku	<p>3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan bela-an dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.</p> <p>4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan bela-an dengan tangan dan kaki) olahraga</p>	1 x 4JP	Oktober Minggu Ke 2

		beladiri.		
	2 Globalisasi dan Manfaatnya	3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan bela-an dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri. 4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan bela-an dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.	1 x 4JP	Oktober Minggu Ke 2
	3 Globalisasi dan Cinta Tanah Air	3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan bela-an	1 x 4JP	Oktober Minggu Ke 2

		<p>dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.</p> <p>4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaan dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.</p>		
<b>Ulangan Harian</b>				Okt Mg Ke 4
<b>5</b> <b>Wirausaha</b>	1 Kerja Keras Berbuah Kesuksesan	<p>3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.</p> <p>4.7 Mempraktikkan penyusunan</p>	1 x 4JP	Oktober Minggu Ke 5

		<p>rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.</p>		
	<p>2 Usaha Di Sekitarku</p>	<p>3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak ritmik.</p> <p>4.7 Mempraktikkan penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama</p>	<p>1 x 4JP</p>	<p>November Minggu Ke 1</p>

		(ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.		
	3 Ayo, Belajar Berwirausaha	<p>3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.</p> <p>4.7 Mempraktikkan penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.</p>	1 x 4JP	November Minggu Ke 2
<b>Ulangan Harian</b>				Nov Mg Ke 3

**Mengetahui**

**Kepala UPTD SDN Pesanggrahan 1**



**NIP. 19650113 198703 1 007**

**Pesanggrahan, 17 Juli 2023**

**Guru PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Budi Ismanto".

**BUDI ISMANTO, S.Pd**

**NIP. 19680419 199308 1 001**



2 Hewan Sahabatku	3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil. 4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.	4 JP																												
3 Lestarkan Hewan Dan Tumbuhan	3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil. 4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan control yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.	4 JP																												
Uji Kompetensi		4 JP																												
Remedial		4 JP																												
Pengayaan																														

**Nama Sekolah** : UPTD SD Negeri Pesanggaran 1 Kwanyar  
**Kelas / Semester** : VI / 1  
**Tema** : 2. Persatuan Dalam Perbedaan

Sub Tema	Kompetensi Dasar	AW	Juli					Agustus					September					Oktober					Nopember					Desember					Ket
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1 Rukun dalam Perbedaan	3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.  4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	4 JP																															

2 Bekerjasama Mencapai Tujuan	3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional. 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	4 JP																															
3 Bersatu Kita Teguh	3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional. 4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	4 JP																															
Uji Kompetensi	4 JP																																
Remedial	4 JP																																
Pengayaan																																	

Activate V  
Go to Setting

Nama Sekolah : UPTD SD Negeri Pesanggahan 1 Kwanyar  
 Kelas / Semester : VI / 1  
 Tema : 3. Tokoh dan Penemuan

Sub Tema	Kompetensi Dasar	AW	Juli					Agustus					September					Oktober					Nopember					Desember					Ket				
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5					
1 Penemu yang Mengubah Dunia	3.5 Memahami konsep latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai). 4.5 mempraktikkan latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai).	4 JP													X																						
2 Penemuan dan Manfaatnya	3.11 Memahami dan cara mengukur kebugaran jasmani dengan salah satu jenis tes kebugaran. 4.11 Menyajikan cara mengukur kebugaran jasmani dengan salah satu jenis tes kebugaran.	4 JP													X																						

3 Ayo, Menjadi Penemu	3.5 Memahami konsep latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai). 4.5 mempraktikkan latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran status kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelentukan tungkai).	4 JP																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
--------------------------	--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Nama Sekolah** : UPTD SD Negeri Pesanggaran 1 Kwanyar  
**Kelas / Semester** : VI / 1  
**Tema** : 4. Globalisasi

Sub Tema	Kompetensi Dasar	AW	Juli					Agustus					September					Oktober					Nopember					Desember					Ket
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1 Globalisasi Di Sekitarku	3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.  4.4 mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.	4 JP																															

2 Globalisasi dan Manfaatnya	3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri. 4.4 mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.	4 JP																																							
3 Globalisasi dan Cinta Tanah Air	3.4 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri. 4.4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar (langkah, serangan, dan belaun dengan tangan dan kaki) olahraga beladiri.	4 JP																																							
Uji Kompetensi																																									
Remedial		4 JP																																							
Pengayaan																																									

**Nama Sekolah** : UPTD SD Negeri Pesanggahan 1 Kwanyar  
**Kelas / Semester** : VI / 1  
**Tema** : 5. Wirausaha

Sub Tema	Kompetensi Dasar	AW	Juli					Agustus					September					Oktober					Nopember					Desember					Ket
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1 Kerja Keras Berbuah Kesuksesan	3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.  4.7 Mempraktikkan penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.	4 JP																															

2 Usaha Di Sekitarku	3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak ritmik. 4.7 Mempraktikkan penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.	4 JP																													
3 Ayo, Belajar Berwirausaha	3.7 Memahami konsep penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik. 4.7 Mempraktikkan penyusunan rangkaian langkah dan ayunan lengan secara sederhana bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan music dalam aktivitas gerak ritmik.	4 JP																													
Uji Kompetensi																															
Remedial		4 JP																													
Pengayaan																															

**Mengetahui**

**Kepala UPTD SDN Pesanggrahan 1,**



**SONEPTOLOFA, S.Pd**

**NIP. 19650113 198703 1 007**

**Kwanyar, 15 Juli 2021**

**Guru PJOK**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Budi Ismanto'.

**BUDI ISMANTO, S.Pd**

**NIP. 196804119 199308 1 001**

## SILABUS

### KELAS VI

Alokasi waktu: 4 jam pelajaran/minggu

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>3.1 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>4 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>a.</p>	<p>Sepakbola:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menendan/ mengumpan bola</li> <li>• Menghentikan bola</li> <li>• Menggiring bola</li> <li>• Menendang bola ke gawang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan sepakbola (menendang/mengumpan, menghentikan, menggiring, dan menendang bola ke gawang) dengan menggunakan berbagai bagian kaki dalam posisi di tempat dan sambil bergerak.</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran.</li> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru.</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
	<p>Bolavoli:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passing Bawah</li> <li>• Passing Atas</li> <li>• Servis Bawah</li> </ul>	<p>dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis) tanpa menggunakan net dan menggunakan net dengan control yang baik.</li> <li>• Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</li> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam permainan bolavoli ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
	<p>Bolabasket:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melempar/</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>)</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
	<p>mengumpan bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola</li> </ul>	<p>yang berisi perintah dan indikator tugas variasi dan kombinasi gerak melempar/mengumpan bola dan menangkap bola (atas, bawah, dipantulkan) dengan posisi diam dan bergerak.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba melakukan gerak sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri secara berulang-ulang.</li> <li>• Siswa melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (melempar), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (menangkap), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi.</li> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik secara intrinsik (<i>intrinsic feedback</i>) dari diri sendiri.</li> <li>• Siswa melakukan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam permainan bolavoli ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umpan balik disediakan dalam lembar periksa sendiri, dan secara oleh siswa.</li> </ul>
<p>3.2 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan</p>	<p>Kasti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan bola</li> <li>• Melempar bola</li> <li>• Menangkap bola</li> </ul> <p>Rounders:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan bola</li> <li>• Melempar bola</li> <li>• Menangkap bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan kasti (melambungkan, melempar dan menangkap bola dalam) ke berbagai arah dalam posisi.</li> <li>• Siswa mencoba dan melakukan variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan kasti (melambungkan, melempar dan menangkap bola dalam) ke berbagai arah dalam posisi.</li> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>• Siswa memperagakan hasil belajar variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan kasti ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</li> <li>• Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam permainan</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p>		<p>rounders (melambungkan, melempar dan menangkap bola ke berbagai arah dalam posisi diam dan bergerak serta mem-bandingkan ketepatan lemparan antara lemparan dari atas, samping dan bawah).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</li> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi dan kombinasi pola gerak dasar permainan rounders ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
<p>3.3 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar</p>	<p>Variasi dan kombinasi pembelajaran atletik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalan</li> <li>• Lari</li> <li>• Lompat</li> <li>• Lempar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang variasi dan kombinasi gerakan jalan beberapa langkah kemudian lari dan melompat/melempar dengan berbagai bentuk dan variasi.</li> <li>• Siswa mencoba dan melakukan variasi dan kombinasi gerakan jalan beberapa</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.</p> <p>4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.</p>		<p>langkah kemudian lari dan melompat/melempar dengan berbagai bentuk dan variasi secara berulang-ulang.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>• Siswa memperagakan hasil belajar variasi dan kombinasi gerakan jalan, lari dan melompat/ melempar ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
<p>3.4 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri. **</p> <p>4.4 Mempraktikkan variasi dan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pukulan</li> <li>• Tendangan</li> <li>• Tangkisan</li> <li>• Elakan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi dan kombinasi gerakan pukulan (depan, samping, bandul), tendangan (depan, samping, hurup), tangksisan/elakan (luar, dalam, aas, bawah).</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran.</li> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri **</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan.</li> <li>• Siswa mencoba tugas gerak variasi dan kombinasi gerakan seni beladiri ke dalam rangkaian sederhana dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
<p>3.5 Menerapkan prosedur latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitas kebugaran jasmani</li> <li>• Pengukuran tingkat kebugaran jasmani</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang latihan kebugaran jasmani (<i>push up, sit up, back up</i>, lari cepat 50 meter, <i>shuttle run</i>, dan lari jauh 1.200 m/putera dan 1.000 m/puteri) kemudian mengukur derajat kebugaran jasmaninya.</li> <li>• Siswa mencoba dan melakukan latihan kebugaran jasmani (<i>push up, sit up, back up</i>, lari cepat 50 meter, <i>shuttle run</i>, dan lari jauh 1.200 m/putera dan 1.000 m/puteri) kemudian mengukur derajat kebugaran jasmaninya.</li> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>• Siswa memperagakan hasil belajar latihan kebugaran jasmani dan pengukurannya ke dalam bentuk sirkuit <i>training</i> dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>4.5 Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani, dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).</p>		<p>kerja sama.</p>
<p>3.6 Menerapkan prosedur rangkaian tiga gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guling depan</li> <li>• Guling belakang</li> <li>• Guling lenting</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang rangkaian gerak dominan senam (guling depan, guling belakang dan guling lenting).</li> <li>• Siswa mencoba rangkaian gerak dominan senam (guling depan, guling belakang dan guling lenting) yang telah diperagakan oleh guru secara berulang-ulang.</li> <li>• Siswa mempraktikkan secara berulang berbagai rangkaian gerak dominan senam sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>dalam aktivitas senam.</p> <p>4.6 Mempraktikkan rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam.</p>		<p>diri, kerja sama, dan tanggung jawab.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal.</li> </ul>
<p>3.7 Menerapkan prosedur penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas</p>	<p>Variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang rangkaian gerak dasar langkah kaki dan ayunan lengan bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik aktivitas gerak berirama (gerak langkah kaki, ayunan lengan, berputar, dan irama gerak).</li> <li>• Siswa mencoba dan melakukan rangkaian gerak dasar langkah kaki dan ayunan lengan bertema budaya daerah dan nasional mengikuti irama (ketukan)</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>gerak berirama.</p> <p>4.7 Mempraktikkan penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.</p>		<p>tanpa/dengan musik aktivitas gerak berirama (gerak langkah kaki, ayunan lengan, berputar, dan irama gerak) secara berulang-ulang.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>• Siswa memperagakan hasil belajar variasi dan kombinasi aktivitas gerak berirama ke dalam rangkaian sederhana dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>
<p>3.8 Memahami prosedur keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri. ***</p> <p>4.8 Mempraktikkan keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri. ***</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerakan kaki</li> <li>• Gerakan lengan</li> <li>• Posisi tubuh</li> <li>• Pengambilan napas</li> <li>• Penyelamatan di air</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas air renang gaya dada (gerakan kaki, lengan, posisi tubuh dan mengambil napas).</li> <li>• Siswa mencoba aktivitas air renang gaya dada (gerakan kaki, lengan, posisi tubuh dan mengambil napas) yang telah diperagakan oleh guru secara berulang-ulang.</li> <li>• Siswa mempraktikkan secara berulang berbagai aktivitas air renang gaya dada sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal.</li> </ul>
<p>3.9 Memahami konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular.</p> <p>4.9 Memaparkan konsep pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arti penyakit menular dan tidak menular</li> <li>• Macam-macam penyakit menular dan tidak menular</li> <li>• Cara penularan dan pencegahan penyakit menular</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa membagi diri menjadi tiga kelompok/ sesuai dengan pokok bahasan pemeliharaan diri dan orang lain dari penyakit menular dan tidak menular (arti, macam-macam, cara penularan, dan cara pencegahan penyakit menular dan tidak menular) serta hubungannya dengan kesehatan diri.</li> <li>• Setiap kelompok berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada kertas <i>plano</i> untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain.</li> <li>• Setiap anggota kelompok membaca dan mencatat hasil diskusi kelompok lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap kelompok/empat pertanyaan).</li> <li>• Setiap kelompok mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh kelompok lain yang membahas pokok bahasan sesuai pertanyaan tersebut.</li> <li>• Setiap kelompok menyusun simpulan akhir dan membacakannya di akhir pembelajaran secara bergiliran.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
		pembelajaran secara bergiliran dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.

**Mengetahui**

**Kepala UPTD SDN Pesanggrahan 1**



**SOLEH HAJI, S.Pd**

NIP. 19650113 198703 1 007

**Pesanggrahan, 17 Juli 2023**

**Guru PJOK**

**BUDI ISMANTO, S.Pd**

NIP. 19680419 199308 1 001

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**KURIKULUM 2013**



**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1  
**Kelas/Semester** : V (Lima) / 1(Satu)  
**Muatan Terpadu** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
**Alokasi Waktu** : 4 X 35 menit (1 x Pertemuan)  
**Hari/Tgl Pelaksanaan** : Jumat, 25 Agustus 2023

# RPP KELAS 5

Satuan Pendidikan : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
Kelas/Semester : V Liima)/1 (Satu)  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit  
Tanggal pelaksanaan : Jum"at, 25 agustus 2023

**UPTD SDN PESANGGRAHAN 1  
KEC. KWANYAR KAB. BANGKALAN**

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas/Semester** : V/1  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Alokasi Waktu** : 3 x 45 menit

### **A. KOMPETERNSI INTI (KI)**

- KI 1** : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2** : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.
- KI 4** : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

### **B. KOMPETENSI DASAR (KD)**

- 4.1 Mempraktikkan variasi lokomotor non lokomotor dan manipulatif yang dilandasi konsep gerak dasar passing atas dan kebawah dalam permainan bola voli dengan berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.2 Mempraktikkan variasi pola gerak passing atas yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional
- 4.3 Mempraktikkan variasi pola gerak passing bawah yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional

### **C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI PJOK**

- Mempraktekkan gerak dasar passing atas dengan cara berjalan menggunakan bola dengan benar.
- Mempraktekkan gerak dasar passing bawah dengan cara berjalan dengan menggunakan bola dengan benar.

- Mempraktekkan gerak dasar umpan balik passing atas dan passing bawah antar siswa menggunakan bola dengan benar.
- Mempraktekkan gerakan variasi passing atas dan bawah tersebut dengan benar.

#### **D. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- Dengan diberi contoh gerakan dasar, siswa dapat menjelaskan dan mempraktekkan gerak dasar passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli dalam permainan sederhana dengan benar.
- Dengan diberikan contoh peragaan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dari passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli siswa/i dapat mempraktekkan gerakan tersebut dengan benar.

#### **Karakter siswa yang diharapkan :**

Bekerja sama

Aktif

Kreatif

Strategis

#### **E. MATERI PEMBELAJARAN**

Gerak dasar passing bawah dan passing atas

#### **F. METODE PEMBELAJARAN**

- e. Ceramah
- f. Diskusi
- g. Praktek

#### **G. MEDIA/ALAT DAN SUMBER BELAJAR**

Media/alat : kun, bola, peluit

Sumber belajar : internet, buku dan youtube

#### **H. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

<b>KEGIATAN</b>	<b>DESKRIPSI KEGIATAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>
<b>PENDAHULUAN</b>	Memberi salam saat memulai pembelajaran Guru mempersiapkan peserta didik dalam pembelajaran	15 menit

	<p>Berdoa  Presensi  Menyiapkan alat/media  Menyampaikan tujuan yang harus dicapai peserta didik  Pemanasan</p>	
<p style="text-align: center;"><b>INTI</b></p>	<p><b>Mengamati:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Menjelaskan materi tentang gerak dasar variasi passing atas dan passing bawah, dalam permainan bola voli sederhana dengan benar.</li> <li>b. Melakukan gerak dasar passing atas dalam permainan bola voli sederhana dengan benar.</li> <li>c. Mempraktekkan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli sederhana dengan benar.</li> </ol> <p>Cara melakukan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Passing atas menggunakan bola</li> </ol> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Siswa dibagi menjadi 4-5 orang  Siswa melakukan secara bergantian  Sikap permulaan dengan berdiri  Siswa berjalan sambil passing atas dengan membawa bola secara bergantian</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Passing bawah</li> </ol>	<p style="text-align: center;">100 menit</p>



Siswa dibagi menjadi 4-5 orang  
 Siswa melakukan secara bergantian  
 Sikap permulaan dengan berdiri sedikit badan membungkuk  
 Siswa berjalan passing bawah dengan membawa bola secara bergantian

3. Umpan balik dalam melakukan passing atas dan passing bawah

Siswa dibagi menjadi 4-5 orang  
 Siswa melakukan secara bergantian  
 Sikap permulaan dengan berdiri dan membungkuk (untuk awalan)  
 Siswa yang didepan berdiri dengan passing atas dan siswa satunya melakukan umpan balik passing bawah

<b>PENUTUP</b>	Evaluasi, diskusi dan tanya jawab dalam proses pembelajaran Pendinginan Berbaris dan berdoa	20 menit
----------------	---	----------

**4. Penilaian**

**Teknik penilaian**

**6) Penilaian sikap: Lembar observasi**

**7) Penilaian pengetahuan: Tes**

**8) Penilaian keterampilan: Unjuk**

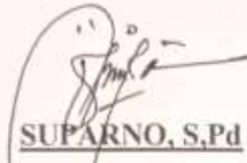
**A. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN**

- Sumber: Internet dan youtube
- Alat dan media: Lapangan, cone, bola dan peluit.

Pesanggrahan, 25 Agustus 2023

Guru Pamong  
UPTD SDN Pesanggrahan 1  
Kwanyar

Mahasiswa PLP 2  
STKIP PGRI Bangkalan



SUPARNO, S.Pd

NIP. 19701228 200701 1 015



khairiyah

NPM. 2047711034

**Mengetahui,**  
Kepala Sekolah

UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



SOLEH TOHA, S.Pd

NIP. 19650113198703 1 007

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**KURIKULUM 2013**



**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas/Semester** : IV (Empat)/1 (Satu)  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit  
**Tanggal pelaksanaan** : Kamis, 31 Agustus 2023

**MODUL AJAR PJOK UPTD SDN PESANGGRAHAN 1 KWANYAR FASE**

**B KELAS IV**

GERAK DASAR PERMAINAN BOLA BESAR		
Penyusun: Khoiriyah Jenjang Sekolah: SD Satuan Pendidikan: UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar Kelas: IV Alokasi Waktu: 3 x 45 Menit (1 Kali Pertemuan) Materi Pokok: Gerak Non lokomotor Jumlah PD: ± 42 orang Moda: Luring/TM	Kompetensi Awal: Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami berbagai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (Gerak Dasar mengayun lengan, membungkuk,menekuk lutut)	Profil Pelajar Pancasila: Profil pelajar pancasila yang dikembangkan pada fase B adalah mandiri dan gotong royong yang di tunjukkan melalui proses aktivitas pembelajaran berbagai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomor (Gerak Dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut )
<b>Sarana Prasarana</b>		
C. Lapangan (halaman sekolah). D. Cone E. Bola F. Peluit dan stopwatch.		
<b>Target Peserta Didik</b>		
e. Peserta didik regular. <del>f. Peserta didik dengan hambatan belajar.</del> <del>g. Peserta didik cerdas istimewa berbakat (CIBI).</del> <del>h. Peserta didik meregulasi diri belajar.</del> <del>i. Peserta didik dengan ketunaan (tunanetra, tunarungu, tunagrahita, tunadaksa, tunalaras, tunaganda).</del> *Guru dapat memilih target peserta didik disesuaikan dengan kondisi sekolah masing-masing.		
<b>Jumlah Peserta Didik</b>		
<b>11.± 42 peserta didik</b>		
<b>Ketersediaan Materi</b>		

12. Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA/TIDAK.

13. Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas, untuk peserta didik yang sulit memahami konsep: YA/TIDAK.

*\*Jika memilih Ya, maka di dalam pembelajaran disediakan alternatif aktivitas sesuai kebutuhan peserta didik.*

*\*Guru dapat memilih, disesuaikan dengan kondisi sekolah masing-masing. Pada modul ini tidak tersedia pengayaan untuk peserta didik CIBI dan tidak tersedia alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas untuk peserta didik yang sulit memahami materi.*

### **Materi Ajar, Alat, Dan Bahan Yang Diperlukan**

#### **1. Materi Pokok Pembelajaran**

- Materi Pembelajaran Reguler  
Aktivitas pembelajaran berbagai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (Gerak Dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut)
- Materi Pembelajaran Remedial  
Materi dapat dimodifikasi dengan mengubah jarak, pengulangan, intensitas, dan kesempatan/frekuensi melakukan bagi peserta didik atau kelompok peserta didik yang memperlihatkan kemampuan yang belum baik dalam penguasaan aktivitas variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (Gerak Dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut). Materi pembelajaran gerak yang lain dapat diberikan setelah dilakukan identifikasi kesulitan sebelumnya. Peserta didik yang mengalami kesulitan dapat dipasangkan dengan peserta didik yang lebih terampil sehingga dapat dibantu dalam penguasaan keterampilan tersebut.
- Materi Pembelajaran Pengayaan  
Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas, menambah bola, mengubah lingkungan permainan, dan menambah jarak di dalam permainan yang sederhana. Pada saat pembelajaran, peserta didik atau kelompok peserta didik yang telah melebihi batas ketercapaian pembelajaran diberikan kesempatan untuk melakukan aktivitas variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (Gerak Dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut). Yang lebih kompleks. Guru juga dapat meminta peserta didik atau kelompok peserta didik berbagi dengan teman-temannya tentang pembelajaran yang dilakukan agar penguasaan kompetensi lebih baik (capaian pembelajaran terpenuhi).

## 2. Media Pembelajaran

4. Bola
5. Kun
6. Peluit
7. Stopwatch

## 3. Bahan Pembelajaran

6. Buku ajar
7. Lembar Kerja (*student work sheet*)

## Moda Pembelajaran

~~8. Daring.~~

9. Luring.

10. ~~Paduan antara tatap muka dan PJJ (blended learning).~~

*\*guru dapat memilih moda pembelajaran yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan dan lingkungan belajar yang ada. Pada modul ini menggunakan moda luring.*

## Pengaturan Pembelajaran

### Pengaturan Peserta Didik:

11. Individu.
12. Berkelompok
13. Klasikal.

*\*guru dapat mengatur sesuai dengan jumlah siswa di setiap kelasnya serta formasi yang diinginkan.*

### Metode:

14. Diskusi
15. Presentasi
16. Demonstrasi
17. Project
- ~~18. Eksperimen~~
- ~~19. Eksplorasi~~
20. Permainan
21. Ceramah
- ~~22. Simulasi~~

*\*guru dapat memilih salah satu metode atau menggabungkan beberapa metode yang akan digunakan.*

## Asesmen Pembelajaran

Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran:

Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran:

- Asesmen Individu

### Jenis Asesmen:

- Pengetahuan ( tertulis)
- Keterampilan (praktik, kinerja)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asesmen Berpasangan</li> <li>• Asesmen Kelompok</li> </ul> <p>*guru dapat memilih lebih dari satu sesuai kebutuhan dan keinginan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sikap (mandiri dan gotong royong).</li> </ul> <p>*Guru dapat memilih salah satu atau menggabungkan beberapa penilaian yang sesuai.</p>
<b>Tujuan Pembelajaran</b>	
<p>Peserta didik (A) melalui pembelajaran demonstrasi dan project (C) dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami fakta, konsep, dan prosedural dari variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (Gerak Dasar mengayun lengan membungkuk dan menekuk lutut). (B) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki (D). Yakni variasi dan kombinasi gerak non lokomotor tanpa menggunakan objek, Dan peserta didik dapat mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila pada elemen Gotong Royong dan Mandiri dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagi, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, dengan cara individu berpasangan dan berkelompok. Serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.</p>	
<b>Pemahaman Bermakna</b>	
<p>Peserta didik dapat memanfaatkan berbagai variasi dan kombinasi pola gerak dasar manipulatif dalam kehidupan nyata sehari-hari. Contohnya: peserta didik dapat memanfaatkan gerak dasar dalam kegiatan mengayun lengan, membungkuk dan menekuk lutut.</p>	
<b>Pertanyaan Pemantik</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor?</li> <li>2) Jika peserta didik dapat memahami dan menguasai variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor, manfaat apa saja yang dapat diperoleh?</li> </ol>	
<b>3) Prosedur Kegiatan Pembelajaran</b>	

### **a. Persiapan Mengajar**

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan pola gerak dasar non lokomotor.
- c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
  - Lapangan (halaman sekolah).
  - Cone
  - Bola besar ( bola plastic)
  - Peluit dan stopwatch.
  - Lembar Kerja (student work sheet).

### **b. Kegiatan Pengajaran**

Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:

#### **a. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)**

- 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing. Mengucapkan salam, mengawali dengan berdoa, kemudian guru melaksanakan absensi peserta didik
- 2) Salah satu siswa ditunjuk untuk menyebutkan urutan Pancasila dan mendengarkan penjelasan guru tentang pentingnya rasa cinta bangsa.
- 3) Guru menanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi tetap harus berada ditepi lapangan.
- 4) Guru menyampaikan apersepsi bersama siswa dengan mencoba mengajak untuk berdiskusi dengan mengajukan pertanyaan: “Siapa yang tahu tentang non lokomotor ?”
- 5) Guru menyampaikan manfaat materi dengan kehidupan sehari-hari
- 6) Menyampaikan materi yang akan dipelajari hari ini serta menjelaskan tujuan pembelajaran.

#### **b. Kegiatan Inti (100 Menit)**

##### **Tahap mengumpulkan informasi**

- Siswa diberi motivasi atau rangsangan untuk pelajaran yang sudah di terapkan oleh guru.

- Siswa mengamati gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut
- Guru menjelaskan materi tentang gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut
- Siswa bersama guru melakukan kegiatan tanya jawab terkait materi.

Pertanyaan yang digunakan adalah:

- A. Apa yang dibahas dalam materi?
- B. cara melakukan gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut ?
- C. Pernahkah kalian mempraktekkan gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut ?

Bagaimana supaya memusatkan perhatian?

Guru menyuruh siswa/i untuk mengulang

- D. cara melakukan gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut ?
- E. Pernahkah kalian mempraktekkan gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut ?

F. Guru mengintruksikan seluruh siswa untuk ke lapangan.

- Siswa melakukan pemanasan dengan permainan tembak sasaran menggunakan variasi gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut ?
- Guru mengarahkan peserta didik untuk melakukan aktivitas variasi dan kombinasi pola gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut

**Aktivatis Pembelajaran variasi gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut.**

Cara melakukan gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutu

- Bentuklah beberapa kelompok besar, misalnya kelompok X dan Y.
- Gerak Mengayun samping kanan dan kiri sambil berhitung. berbaris sejajar rentangan tangan, berdiri tegak tangan lurus didepan dada. Setelah mendengar aba-aba ayunkan tangan kesamping kiri 2x dan kanan 2x, dilakukan 2x8 dan hitung dengan suara lantang.
- Gerak ayunan ke atas dan kebawah misal kelompok X dan Y berdiri kedua tangan disamping lalu angkat ke atas. Ayunkan ke atas dan kebawah, aba-aba peluit pertama angkat kedua tangan keatas, peluit kedua ayun kebawah, lakukan secara ulang.
- Gerak dasar membungkuk misal kelompok X dan Y berdiri tegak, kedua kaki

rapat. Kedua tangan kesamping badan, pandangan ke arah depan bawah. Aba-aba mulai membungkukkan badan kedepan. Saat membungkuk lutut tidak boleh ditekuk.

- Gerak dasar menekuk lutut sikap awal berdiri tegak. Bukalah kaki selebar bahu. Angkat kaki kanan hingga menekuk kebelakang. Tahan kaki kanan dengan tangan memegang punggung telapak tangan. Tahan dalam hitungan 8 dan lakukan.
- Lakukan kegiatan ini secara sportif, disiplin, dan tanggung jawab.

### **Aktivatis Pembelajaran kombinasi gerak dasar mengayun lengan, membungkuk, menekuk lutut**

#### **Cara Melakukan**

- a. Bentuklah beberapa kelompok besar, misalnya kelompok X dan Y.
- b. Gerak Mengayun samping kanan dan kiri sambil berhitung. berbaris sejajar rentangan tangan, berdiri tegak tangan lurus didepan dada. Setelah mendengar aba-aba ayunkan tangan kesamping kiri 2x dan kanan 2x, dilakukan 2x8 dan hitung dengan suara lantang.
- c. Gerak ayunan ke atas dan kebawah misal kelompok X dan Y berdiri kedua tangan disamping lalu angkat ke atas. Ayunkan ke atas dan kebawah, aba-aba peluit pertama angkat kedua tangan keatas, peluit kedua ayun kebawah, lakukan secara ulang.
- d. Gerak dasar membungkuk misal kelompok X dan Y berdiri tegak, kedua kaki rapat. Kedua tangan kesamping badan, pandangan ke arah depan bawah. Aba-aba mulai membungkukkan badan kedepan. Saat membungkuk lutut tidak boleh ditekuk.
- e. Gerak dasar menekuk lutut sikap awal berdiri tegak. Bukalah kaki selebar bahu. Angkat kaki kanan hingga menekuk kebelakang. Tahan kaki kanan dengan tangan memegang punggung telapak tangan. Tahan dalam hitungan 8 dan lakukan.
- f. Lakukan kegiatan ini secara sportif, disiplin, dan tanggung jawab.

#### **Kegiatan Penutup (15 menit)**

- a. Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerak pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.

- b. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- c. Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama mengikuti aktivitas pembelajaran variasi dan kombinasi pola gerak dasar non lokomotor (mengayun lengan, membungkuk dan menekuk lutut).
- d. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- e. Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib. Dan bagi peserta didik yang bertugas, mengembalikan peralatan ke tempat semula.

## Asesmen

### a. Asesmen Sikap

Penilaian Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

#### a. Penilaian Sikap

#### h. Penilaian Observasi

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Siswa	Aspek Perilaku Yang Dinilai		Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		PD	KJ			
1						
2						
3						

Keterangan:

PD = PERCAYA DIRI

JJ = JUJUR

Catatan:

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:

100 = Sangat Baik

75 = Baik

50 = Cukup

25 = Kurang

2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria =  $100 \times 4 = 400$

3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai =  $275 : 4 = 68,75$

4. Kode nilai / predikat:

75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)

50,01 – 75,00 = Baik (B)

25,01 – 50,00 = Cukup (C)

00,00 – 25,00 = Kurang (K)

5. Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai  
Penilaian Diri

Seiring dengan bergesernya pusat pembelajaran dari guru kepada peserta didik, maka peserta didik diberikan kesempatan untuk menilai kemampuan dirinya sendiri. Namun agar penilaian tetap bersifat objektif, maka guru hendaknya menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari penilaian diri ini, menentukan kompetensi yang akan dinilai, kemudian menentukan kriteria penilaian yang akan digunakan, dan merumuskan format penilaiannya. Jadi, singkatnya format penilaiannya disiapkan oleh guru terlebih dahulu. Berikut Contoh format penilaian:

No	Pertanyaan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
1.	Selama diskusi, saya ikut serta mengusulkan ide/gagasan.					
2.	Ketika kami berdiskusi, setiap anggota mendapatkan kesempatan untuk berbicara.					
3.	Saya ikut serta dalam membuat kesimpulan hasil diskusi kelompok.					
4.	Saya ikut serta dalam mencari ide untuk proyek					

Catatan:

Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50

Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria =  $4 \times 100 = 400$

Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) =  $(250 : 400) \times 100 = 62,50$

Kode nilai / predikat:

75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)

50,01 – 75,00 = Baik (B)

25,01 – 50,00 = Cukup (C)

00,00 – 25,00 = Kurang (K)

Format di atas dapat juga digunakan untuk menilai kompetensi pengetahuan dan keterampilan

**b. Asesmen Pengetahuan**

Teknik	bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Penilaian
Tes tulis	Pilihan Ganda	<p>1. Dibawah ini yang termasuk kombinasi gerak non lokomotor adalah....</p> <ol style="list-style-type: none"><li>kombinasi gerak berjalan dan berlari</li><li>Kombinasi gerak Mengayun lengan, membungkuk, dan menekuk lutut</li><li>Kombinasi gerak lempar tangkap bola</li><li>Kombinasi berlari berbelok-belok sambil menggiring dan menendang bola</li></ol> <p>Kunci jawaban: B</p> <p>2. Dibawah ini yang termasuk gerakan tanpa berpindah tempat adalah ....</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Berjalan</li><li>Berlari</li><li>Menekuk lutut</li><li>Melompat</li></ol> <p>Kunci jawaban: C</p>	Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.

**Penilaian Keterampilan****a. Tes Kinerja Gerak Mengayun lengan, Membungkuk, Menekuk lutut**

## Butir Tes

Lakukan aktivitas “mengayun lengan, membungkuk dan menekuk lutut secara berkelompok”. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerak (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerak (penilaian produk).

**b. Petunjuk Penilaian**

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.

**c. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak**

Contoh lembar penilaian proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar penilaian).

**4) Pedoman penskoran**

#### Penskoran

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan 80% dari komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.
- Skor 0 jika: Peserta didik kurang dari 80% melakukan komponen gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar.

#### Pengelolaan skor

Skor maksimum: 15

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik:  $SP/S \cdot \text{Maksimum} \times 100$

Lembar pengamatan penilaian hasil gerak dasar mengayun lengan, membungkuk dan menekuk lutut.

### **Pengayaan Dan Remedial**

#### **1) Pengayaan**

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. Pengayaan dilakukan dengan cara menaikkan tingkat kesulitan permainan dengan cara mengubah jumlah pemain, memperketat peraturan, menambah alat yang digunakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.

#### **2) Remedial**

Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dari mana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara menetapkan atau menurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran

Kwanyar, 31 Agustus 2023

Guru Pamong  
UPTD SDN Pesanggrahan 1  
Kwanyar

Mahasiswa PLP 2  
STKIP PGRI Bangkalan

  
SUPARNO, S.Pd

NIP. 19701228 200701 1 015



KHOIRIYAH

NPM. 2047711034

**Mengetahui,**

Kepala Sekolah

UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



SOLEH TOHA, S.Pd

NIP. 19650113 198703 1 007

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**KURIKULUM 2013**



**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas/Semester** : VI (Enam)/1 (Satu)  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit  
**Tanggal pelaksanaan** : Senin, 4 September 2023

# RPP KELAS 6

Satuan Pendidikan : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
Kelas/Semester : VI (Enam)/1 (Satu)  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
Alokasi Waktu : 6 x 35 menit  
Tanggal pelaksanaan : Senin, 4 September 2023

**UPTD SDN PESANGGRAHAN 1  
KEC. KWANYAR KAB. BANGKALAN**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : UPTDSDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas / Semester** : VI (Enam) / 1  
**Tema** : 2. Persatuan Dalam Perbedaan  
**Sub Tema** : 2. Bekerjasama Mencapai Tujuan  
**Muatan Pembelajaran** : PJOK  
**Alokasi Waktu** : 1 x Pertemuan (6 x 35 menit)  
**Hari/Tgl Pelaksanaan** : Senin, 4 September 2023

**A. KOMPETENSI INTI (KI)**

- KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru
- KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah
- KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

**B. KOMPETENSI DASAR (KD) & INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI**

**PJOK**

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	3.3.1 Menjelaskan teknik jalan dan lari sehat dengan benar 3.3.2 Menjelaskan konsep jalan dan lari dalam permainan tradisional
4.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	4.3.1 Mempraktikkan jalan dan lari sehat dengan teknik yang benar. 4.3.1 Mempraktikkan jalan dan lari dalam permainan tradisional. 4.3.2 Mempraktikkan kombinasi lompatan pada permainan tradisional Rangu Alu. 4.3.3 Mempraktikkan nilai-nilai persatuan.

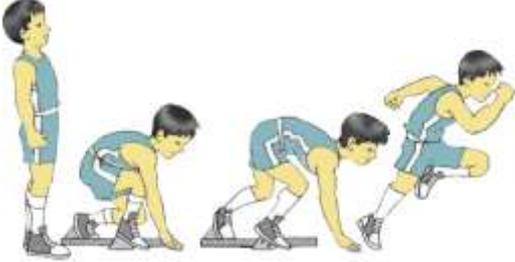
**C. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- Dengan permainan tradisional, siswa mampu menjelaskan konsep jalan dan lari dalam permainan tradisional dengan jujur dan sportif.
- Dengan permainan tradisional, siswa mampu mempraktikkan jalan dan lari dalam permainan tradisional dengan jujur dan sportif.

**D. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	▪ Guru membuka pelajaran dengan menyapa	10 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>siswa dan menanyakan kabar mereka.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa.</li> <li>▪ Guru melakukan apersepsi dengan menyanyi lagu “4 sehat 5 sempurna” versi “satu-satu” sebagai awal komunikasi guru sebelum melaksanakan pembelajaran inti.</li> <li>▪ Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan.</li> <li>▪ Siswa mendengarkan penjelasan dari guru tentang kegiatan yang akan dilakukan hari ini dan apa tujuan yang akan dicapai dari kegiatan tersebut dengan bahasa yang sederhana dan dapat dipahami.</li> </ul>	
<b>Kegiatan Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa melakukan jalan dan lari sehat mengelilingi sekolah dengan semangat gerilya Jenderal Sudirman. (Mengekplorasi)</li> <li>▪ Siswa mengawali kegiatan dengan doa bersama untuk mengenang Perang Gerilya Jenderal Sudirman dan supaya kegiatan olahraga bermanfaat bagi kesehatan tubuh.</li> <li>▪ Posisi tubuh saat mempraktekkan lari jarak pendek:</li> </ul>	165 Menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	 <p>Siswa mempraktikkan lari jarak pendek dalam permainan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bagi siswa dalam beberapa kelompok sesuai dengan jenis permainan yang akan dilakukan.</li> <li>▪ Siswa mengerjakan soal latihan evaluasi.</li> <li>▪ Siswa menuliskan tentang hal-hal yang telah dipelajari selama satu minggu, serta merenungkan sikap-sikap yang telah mereka terapkan selama proses belajar berlangsung. (Mengeplorasi)berpasangan.</li> <li>▪ Setelah menyaksikan penampilan seluruh kelompok, siswa menulis penjelasan tentang penampilan salah satu kelompok yang mereka pilih.</li> <li>▪ Siswa menceritakan makna yang terkandung dalam lagu Rukun dalam Perbedaan dalam menciptakan persatuan yang telah ditampilkan kelompok mereka serta nilai-nilai yang terkandung di</li> </ul>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	dalamnya.	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Peserta didik membuat kesimpulan dibantu dan dibimbing guru.</li> <li>▪ Melaksanakan penilaian dan refleksi dengan mengajukan pertanyaan atau tanggapan peserta didik dari kegiatan yang telah dilaksanakan sebagai bahan masukan untuk perbaikan langkah selanjutnya.</li> <li>▪ Merencanakan kegiatan tindak lanjut dengan memberikan tugas baik cara individu maupun kelompok.</li> <li>▪ Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya.</li> <li>▪ Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam</li> </ul>	10 menit

**E. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN**

- Buku Siswa Tema : “Persatuan Dalam Perbedaan” Kelas VI (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2015).
- Bola plastik

## **LAMPIRAN 1**

### **MATERI PEMBELAJARAN**

- Mempraktikkan jalan dan lari sehat.
- Mempraktikkan jalan dan lari melalui beberapa permainan tradisional.

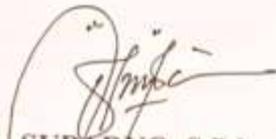
### **METODE PEMBELAJARAN**

- Pendekatan : *Saintifik* (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi / mencoba, mengasosiasi / mengolah informasi, dan mengkomunikasikan)
- Metode : Permainan/simulasi, diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

Kwanyar, 4 September 2023

Guru Pamong  
UPTD SDN Pesanggrahan 1  
Kwanyar

Mahasiswa PLP 2  
STKIP PGRI Bangkalan



SUPARNO, S.Pd

NIP. 19701228 200701 1 015



KHOIRIYAH

NPM. 2047711034

**Mengetahui,**

Kepala Sekolah

UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



SOLEH TOHA, S.Pd

NIP. 19650113 198703 1 007

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**KURIKULUM 2013**



**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas/Semester** : III (Tiga)/1 (Satu)  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit  
**Tanggal pelaksanaan** : Rabu, 13 September 2023

# RPP KELAS 3

Satuan Pendidikan : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
Kelas/Semester : III (Tigaa)/1 (Satu)  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit  
Tanggal pelaksanaan : Rabu, 13 September 2023

**UPTD SDN PESANGGRAHAN 1  
KEC. KWANYAR KAB. BANGKALAN**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Satuan Pendidikan** : UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar  
**Kelas/Semester** : III /1  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Alokasi Waktu** : 4 x 45 menit

### 1. KOMPETERNSI INTI (KI)

- KI 1** : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2** : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.
- KI 4** : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

### 2. KOMPETENSI DASAR (KD) DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Kompetensi dasar	Indikator pencapaian kompetensi
3.1 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai permainan sederhana atau tradisional.	3.1.1 Menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif (jalan, membungkuk, dan menendang bola berbagai permainan sederhana atau tradisional.
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif	4.1.1 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif

sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai permainan sederhana atau tradisional.	(jalan, membungkuk, dan menendang bola berbagai permainan sederhana atau tradisional.
---	---

### 3. TUJUAN PEMBELAJARAN

- a. Dengan diberi contoh gerakan dasar, siswa dapat menjelaskan dan mempraktekkan variasi gerak kombinasi jalan, membungkuk memidah bola dan menendang bola dalam permainan sederhana dan tradisional
- b. Dengan diberikan contoh peragaan gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dari gerak kombinasi jalan, membungkuk memidah bola dan menendang bola kemudian siswa/i dapat mempraktekkan gerakan tersebut dengan benar.

#### Karakter siswa yang diharapkan :

Bekerja sama  
Aktif  
Kreatif  
Strategis

### 4. MATERI PEMBELAJARAN

Variasi gerak kombinasi jalan jongkok, membungkuk mindah bola dan menendang bola

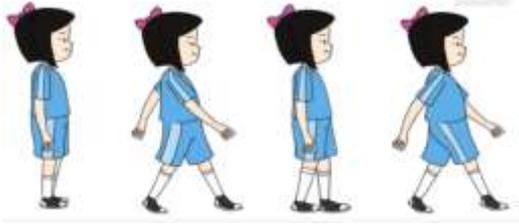
### 5. METODE PEMBELAJARAN

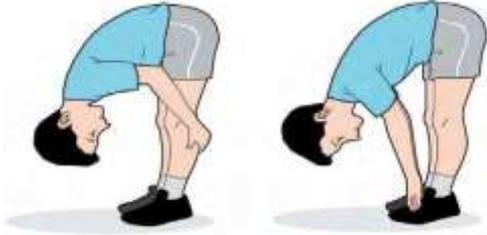
Ceramah  
Diskusi  
Praktek

### 6. MEDIA/ALAT DAN SUMBER BELAJAR

Media/alat : kun, bola, peluit  
Sumber belajar : internet, buku dan youtube

## 7. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
<b>PENDAHULUAN</b>	<p>Memberi salam saat memulai pembelajaran</p> <p>Guru mempersiapkan peserta didik dalam pembelajaran</p> <p>Berdoa</p> <p>Presensi</p> <p>Menyiapkan alat/media</p> <p>Menyampaikan tujuan yang harus dicapai peserta didik</p> <p>Pemanasan</p>	15 menit
<b>INTI</b>	<p>Mengamati:</p> <p>Menjelaskan materi tentang variasi gerak kombinasi berlari membungkuk dan melempar dalam permainan sederhana dan tradisional dengan benar</p> <p>Melakukan variasi gerak kombinasi membungkuk dalam permainan sederhana dan tradisional dengan benar</p> <p>Mempraktekkan variasi gerak kombinasi melempar dalam permainan sederhana dengan benar.</p> <p>Cara melakukan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jalan seperti kereta api</li> </ol>  <p>Siswa dibagi menjadi 4-5 orang</p> <p>Siswa melakukan secara bergantian</p>	100 menit

	<p>Sikap permulaan dengan berdiri Siswa jalan secara bergantian</p> <p>2. Membungkuk menggunakan bola</p>  <p>Siswa dibagi menjadi 4-5 orang Siswa melakukan secara bergantian Sikap permulaan dengan berdiri sedikit badan membungkuk Siswa membungkuk memberi dan menerima bola pada rekan tim nya</p> <p>3. Menendang bola melewati kun</p>  <p>Siswa dibagi mejadi 4-5 orang Siswa melakukan secara bergantian Sikap permulaan dengan berdiri Siswa menendan bola melewati kun</p>	
<p><b>PENUTUP</b></p>	<p>Evaluasi, diskusi dan tanya jawab dalam proses pembelajaran Pendinginan Berbaris dan berdoa</p>	<p>20 menit</p>

## 8. Penilaian

### Teknik penilaian

- Penilaian sikap: Lembar observasi

- Penilaian pengetahuan: Tes
- Penilaian keterampilan: Unjuk

Pesanggrahan, 13 September 2023

Guru Pamong  
UPTD SDN Pesanggrahan 1  
Kwanyar

Mahasiswa PLP 2  
STKIP PGRI Bangkalan



SUPARNO, S.Pd

NIP. 19701228 200701 1 015



KHOIRIYAH

NPM. 2047711034

**Mengetahui,**

Kepala Sekolah

UPTD SDN Pesanggrahan 1 Kwanyar



SOLEH TOHA, S.Pd

NIP. 19650113 198703 1 007

## DOKUMENTASI



Gambar 1.1 Kegiatan upacara hari Senin



Gambar 1.2 Acara pembukaan PLP II



Gambar 1.3 Acara istighosah dan memakai baju Marlena dan baju sakera setiap tanggal 24



Gambar 1.4 Kegiatan senam pagi setiap Jum'at per 3 Minggu sekali



Gambar 1.5 Kegiatan cuci tangan bersama setiap per 3 Minggu sekali



Gambar 1.6 Kegiatan lapangan



Gambar 1.7 Kunjungan diminggu kedua Korlap DPL



Gambar 1.8 Kunjungan diminggu kedua Korlap DPL



Gambar 1.9 Evaluasi mengajar



Gambar 1.10 foto bersama