

**LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
(PPL)
PGSD PENJAS PKS
DI SD NEGERI DEMANGAN YOGYAKARTA**

**Jl. Munggur no.38 Yogyakarta
Phone: 0274 550350**



**Disusun oleh:
Akhid Wibowo
13604227101**

**PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS PKS
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, menyatakan bahwa mahasiswa:

Nama : Akhid Wibowo
NIM : 13604227101
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas / PKS
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan PPL di SDN Demangan Yogyakarta, dari tanggal 2Juli sampai 17 September 2014. Hasil kegiatan tercakup dalam laporan di bawah ini.

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan PPL
Universitas Negeri Yogyakarta

Guru Pembimbing PPL
SDN Demangan Yogyakarta

AM .Bandi Utomo M.Pd
NIP 196004101989031002

Margiyono , S.Pd.
NIP 197009292000031005

Mengesahkan,

Kepala
SDN Demangan Yogyakarta

Koordinator PPL
SDN Demangan Yogyakarta

Sri Lestari S.Pd
NIP 197305071995062001

Muhammad Dizkri S.Pd
NIP 196102281982011005

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb.

Segala puji dan syukur kami panjatkan atas seluruh nikmat yang telah dilimpahkan oleh Tuhan Yang Maha Esa sehingga penyusun dapat menyelesaikan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SDN Demangan Yogyakarta, serta atas terselesaikannya laporan PPL ini dengan baik dan tepat pada waktunya.

Laporan ini disusun sebagai bentuk pertanggungjawaban sekaligus akhir dari seluruh rangkaian kegiatan PPL, yang merupakan deskripsi dari hasil pengamatan (observasi), kegiatan dan pengalaman selama melaksanakan PPL. Penyusunan ini telah melibatkan banyak pihak, yang berkontribusi positif dalam proses pelaksanaan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka perkenankanlah dalam laporan ini penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kekuatan sehingga penyusun mampu melaksanakan PPL 2014 dengan lancar, dan mampu menyusun laporan PPL 2014 dengan baik.
2. Bapak Dr. Rochmad Wahab, M.Pd. selaku rektor UNY yang telah memberikan izin dan kesempatan melaksanakan PPL.
3. Bapak Bandi Utomo M.Pd selaku dosen pembimbing lapangan PPL yang telah memberikan motivasi dan pengarahan sejak observasi hingga terselesaiya kegiatan ini.
4. Ibu Sri Lestari S.Pd selaku Kepala Sekolah SDN Demangan yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan PPL di SDN Demangan Yogyakarta.
5. Bapak Muhammad Dzikri S.Pd selaku Koordinator PPL SDN Demangan yang telah memberikan petunjuk, dan bimbingan serta pengarahan dalam pelaksanaan kegiatan PPL.
6. Bapak Margiyono S.Pd sebagai guru pembimbing yang telah memberikan bimbingan untuk menjadi pendidik yang professional dan pengarahan dalam pelaksanaan kegiatan PPL.
7. Bapak/ Ibu Guru dan pegawai SDN Demangan Yogyakarta yang telah mendukung secara moral dan spiritual sehingga pelaksanaan PPL ini dapat berjalan dengan lancar.

8. Siswa-siswa SDN Demangan Yogyakarta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam proses PPL.
9. Keluarga dan istri saya tercinta yang selalu memberikan dukungan dan motivasi terhadap saya selama berlangsungnya proses PPL 2014.
10. Teman-teman PPL UNY 2014 di SDN Demangan Yogyakarta atas semua kehangatan keluarga yang sudah terjalin serta kerjasama dan dukungan dalam menjalankan program-program PPL.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan PPL ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Praktikan menyadari jika dalam penyusunan Laporan PPL ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu kami berharap adanya kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan laporan ini untuk perbaikan di masa yang akan datang. Dan akhirnya semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Amin.

Wassalamu 'alaikum wr.wb.

Yogyakarta, 17 September 2014

Penyusun

Akhid Wibowo

NIM 13604227101

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR.....	.ii
DAFTAR ISIiii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi.....	1
B. Perumusan Program.....	6
BAB II. PERENCANAAN, PELAKSANAAN DAN EVALUASI	
A. Persiapan program	8
B. Pelaksanaan program.....	9
C. Analisis Hasil dan Refleksi.....	11
BAB III. PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	17
B. Saran.....	17
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

ABSTRAK

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

**Oleh
AKHID WIBOWO
13604227101**

Program PPL merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh Universitas Negeri Yogyakarta untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah dalam kehidupan nyata disekolah atau lembaga pendidikan.Kegiatan PPL ini dilaksanakan di SD Negeri Demangan kecamatan Gondokusuman kota Yogyakarta yang diawali dengan kegiatan obsevasi , diskusi antara mahasiswa dengan pihak sekolah ,konsultasi program ,pelaksanaan program dan pembuatan laporan .

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Tujuannya adalah memberi kesempatan kepada mahasiswa untuk lebih mendapat bekal mengajar secara operasional di sekolah, sehingga tidak hanya teoritis saja. Penerjunan PPL yang dilaksanakan di sekolah mulai tanggal 2 Juli sampai 17 September 2014 di SD Negeri Demangan Yogyakarta akan lebih menguntungkan semua pihak, bagi sekolah, perguruan tinggi, dan mahasiswa. Penyusun melakukan praktik mengajar di kelas I sampai kelas IV baik dilapangan maupun dikelas .Pada minggu pertama hari jumat mengajar di kelas Ia materi Tema 1 subtema 1 pembelajaran 1 ,hari sabtu mengajar di kelas 2a materi Tema Hidup rukun subtema Hidup rukun di rumahku pembelajaran 2. Minggu kedua hari jumat mengajar di kelas 4a materi Tema 1 Indahnya kebersamaan subtema 1 Keberagaman budaya bangsaku pembelajaran 3 dan hari sabtu mengajar di kelas 1b materi Tema 1 subtema Aku dan teman baruku pembelajaran 1.Minggu ketiga mengajar di kelas 4b materi Tema 1 subtema 2 pembelajaran 1 dan mengajar kelas 2b materi Tema Hidup rukun subtema 2 pembelajaran 2 . Minggu keempat hari jumat mengajar kelas 1a materi Tema 1 subtema Aku dan teman baruku pembelajaran 5 dan mengajar kelas 2a materi Tema 1 subtema 3pembelajaran 5 . Untuk minggu kelima hari jumat mengajar kelas 4a materi Tema 1 subtema 3 pembelajaran 5 . Sedangkan pada minggu keenam mengajar di kelas 1b materi Tema 1 subtema 2.Tubuhku pembelajaran 1.Disamping mengajar juga membantu kegiatan-kegiatan seperti : melatih baris berbaris ,melatih petugas upacara ,menata ruang alat olahraga dan ruang kantor guru , pengecatan pagar pintu mushola , pesantren kilat/buka bersama ,semua kegiatan yang kami lakukan sesuai dengan arahan guru pembimbing dan Kepala sekolah .

Dengan kegiatan PPL mahasiswa mendapatkan pengalaman nyata karena dapat terjun langsung ke sekolah, berkaitan dengan perencanaan pembelajaran ,administrasi pembelajaran dan pengelolaan kelas .Mahasiswa telah dapat menerapkan dan mengembangkan ilmu serta ketrampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing. Kegiatan PPL kami lakukan dengan tertib, aman dan lancar . Semoga kegiatan ini bermanfaat bagi kita semua ...

Kata kunci Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah mempersiapkan mahasiswa menjadi tenaga pendidik yang berkompetensi dan tanggungjawab serta dapat melaksanakan tugas dengan baik

BAB I

PENDAHULUAN

Sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga, yaitu pengabdian kepada masyarakat, maka tanggung jawab seorang mahasiswa selain belajar di kampus yaitu menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperolehnya agar memberi manfaat pada masyarakat, nusa, dan bangsa. Program PPL merupakan salah satu wujud komitmen Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) terhadap dunia pendidikan sekaligus cara untuk mengamalkan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang ketiga tersebut.

Mahasiswa yang tergabung dalam TIM PPL UNY menjalankan program PPL tersebut di lembaga sekolah yang sudah disediakan oleh Unit Pelatihan dan Praktik Lapangan (UPPL) sebagai penyelenggara kegiatan PPL UNY 2014. SD N Demangan merupakan salah satu lembaga sekolah yang dapat digunakan mahasiswa sebagai lokasi untuk menjalankan program PPL UNY 2014.

Mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas melakukan PPL dengan mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Mempersiapkan pengajaran dengan melakukan observasi dan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dilakukan agar mahasiswa siap melakukan PPL. Mengajar kelas mikro dengan kelas sesungguhnya sangat berbeda, sehingga perlu persiapan yang lebih matang agar semua program PPL dapat dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.

A. Analisis Situasi

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh seluruh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang mengambil jurusan kependidikan. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa melaksanakan tugas-tugas kependidikan tenaga pendidik dalam hal ini guru yang meliputi kegiatan praktek mengajar atau kegiatan kependidikan lainnya. Hal tersebut dilaksanakan dalam rangka memberikan pengalaman nyata kepada mahasiswa agar dapat mempersiapkan diri sebaik-baiknya sebelum terjun ke dunia kependidikan sepenuhnya.

Pengalaman-pengalaman yang diperoleh selama PPL diharapkan dapat dipakai sebagai bekal untuk membentuk calon guru tenaga kependidikan yang profesional. Melihat latar belakang yang ada, praktikan melaksanakan PPL di tempat yang telah ditentukan oleh pihak UPPL, yaitu SD N Demangan.

Sebelum melaksanakan PPL mahasiswa melakukan observasi lapangan pada tanggal 4 dan 5 mei 2014 yang bertujuan mendapatkan informasi dan data guna melakukan penyusunan program kerja PPL. Sejak tanggal 2 Juli 2014, TIM PPL yang berjumlah 4 mahasiswa telah diserahkan di SD N Demangan Yogyakarta untuk melakukan pengalaman praktek lapangan .

1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan komponen penting yang menentukan kemajuan bangsa.Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.Dan fungsi pendidikan itu sendiri erat sekali kaitannya dengan kualitas pendidikan, karena kualitas pendidikan tersebut mempengaruhi fungsi dan tujuan pendidikan nasional.Belakangan ini kualitas pendidikan Indonesia sedang dipertanyakan.Berbagai masalah pendidikan menjadi obrolan hangat masyarakat Indonesia. Sebenarnya kualitas pendidikan pada hakikatnya ditentukan antar lain oleh pengelola dan pelaku pendidikan. Salah satu pelaku pendidikan adalah tenaga pendidik atau guru.

Tenaga pendidik dalam pelaksanaan sistem pendidikan dipandang sebagai faktor utama keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan nasional seperti yang tercantum dalam UU No. 2/1989 pasal 4, yaitu “Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya dan seluruhnya” yaitu manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti yang luhur memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta bertanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan”. Guru sebagai faktor kunci dalam pendidikan, sebab sebagian besar proses pendidikan berupa interaksi belajar mengajar, dimana peranan guru sangat berarti. Guru sebagai pengajar atau pendidik merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan setiap adanya upaya pendidikan.

Kadar kualitas guru yang merupakan ujung tombak pendidikan ternyata dipandang sebagai penyebab rendahnya kualitas output sekolah. Rendah dan merosotnya mutu pendidikan Indonesia, hampir selalu menuduh guru sebagai tenaga pengajar, sebab guru dianggap tidak berkompeten, tidak berkualitas, tidak professional, dan lain sebagainya. Kompetensi pada dasarnya merupakan gambaran tentang apa yang seharusnya dapat dilakukan seseorang dalam suatu pekerjaan, berupa kegiatan, perilaku dan hasil yang dapat ditampilkan atau ditunjukkan. Oleh karena itu, sekarang guru sebagai pelaku utama pendidikan dituntut harus bisa menjadi tenaga pendidik yang professional. Agar dapat melakukan sesuatu dalam pekerjaannya, tentu saja seseorang harus memiliki kemampuan dalam bentuk pengetahuan, sikap dan keterampilan yang sesuai dengan bidang pekerjaannya. Dalam perspektif kebijakan pendidikan nasional, pemerintah telah merumuskan empat jenis kompetensi guru sebagaimana tercantum dalam Penjelasan Peraturan Pemerintah No 14 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan yaitu kompetensi Profesional, kompetensi pedagogis, kompetensi sosial dan kompetensi pribadi. Pada kenyataannya memang banyak guru yang belum maksimal dapat menerapkan 4 kompetensi itu.

Berdasarkan hal tersebut, Universitas Negeri Yogyakarta sebagai perguruan tinggi yang mempunyai misi dan tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan tenaga-tenaga pendidik yang siap pakai, mencantumkan beberapa mata kuliah pendukung yang menunjang tercapainya kompetensi di atas, salah satunya yaitu Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Kegiatan PPL bertujuan untuk memberi pengalaman faktual tentang proses pembelajaran dan kegiatan administrasi sekolah lainnya sehingga dapat digunakan sebagai bekal untuk menjadi tenaga kependidikan yang profesional, memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang diperlukan dalam profesi.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) secara sederhana dapat dimengerti untuk memberikan kesempatan bagi mahasiswa agar dapat mempraktikan beragam teori yang mereka terima di bangku kuliah. Pada saat kuliah mahasiswa menerima atau menyerap ilmu yang bersifat teoritis, oleh karena itu, pada saat PPL ini mahasiswa berkesempatan untuk mempraktekan ilmunya, agar para mahasiswa tidak sekedar mengetahui suatu teori, tetapi lebih jauh lagi mereka juga memiliki kemampuan untuk menerapkan teori tersebut, tidak hanya dalam situasi simulasi tetapi dalam situasi sesungguhnya Secara

garis besar, manfaat yang diharapkan dari Praktik Pengalaman Lapangan, antara lain:

a. Bagi Mahasiswa

- 1) Menambah pemahaman dan penghayatan mahasiswa tentang proses pendidikan dan pembelajaran di sekolah atau di lembaga.
- 2) Memperoleh pengalaman tentang cara berpikir dan bekerja secara interdisipliner, sehingga dapat memahami adanya keterkaitan ilmu dalam mengatasi permasalahan pendidikan yang ada di sekolah, klub, atau lembaga.
- 3) Memperoleh daya penalaran dalam melakukan penelaahan, perumusan, dan pemecahan masalah pendidikan yang ada di sekolah, klub, atau lembaga.
- 4) Memperoleh pengalaman dan ketrampilan untuk melaksanakan pembelajaran dan kegiatan olahraga di sekolah, klub, atau lembaga.

b. Bagi Sekolah

- 1) Memperoleh kesempatan untuk dapat andil dalam menyiapkan calon guru atau tenaga kependidikan yang professional.
- 2) Mendapatkan bantuan pemikiran, tenaga, ilmu, dan teknologi dalam merencanakan serta melaksanakan pengembangan sekolah, klub, atau lembaga.
- 3) Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, klub, atau lembaga.
- 4) Meningkatkan hubungan sosial kemasyarakatan di lingkungan sekitar sekolah, klub, atau lembaga.

c. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

- 1) Memperoleh masukan perkembangan pelaksanaan praktek pendidikan sehingga kurikulum, metode, dan pengelolaan pembelajaran dapat disesuaikan.
- 2) Memperoleh masukan tentang kasus kependidikan yang berharga sehingga dapat dipakai sebagai bahan pengembangan penelitian.
- 3) Memperluas jalinan kerjasama dengan instansi lain.

2. Kondisi Fisik Sekolah

a. Ruang Kantor

Ruang kantor SD N Demangan terbagi menjadi dua bagian yaitu, ruang kepala sekolah dan ruang guru.

b. Ruang Kelas

Ruang kelas di SD N Demangan ada 12 kelas, setiap ruang kelas memiliki kelengkapan administrasi kelas yang cukup memadai antara lain: meja dan kursi sejumlah siswa masing-masing kelas, *black board*, penghapus, absensi, buku kemajuan kelas, kapur, mading, serta dilengkapi dengan peralatan kebersihan seperti sapu, serok sampah, tempat sampah dan kemoceng yang mendukung kebersihan kelas.

c. Perpustakaan

Perpustakaan SD N Demangan terletak di sebelah selatan ruang Aula. Di perpustakaan terdapat beberapa fasilitas yaitu tempat rak dan almari untuk meletakkan buku, tempat membaca yang dilengkapi dengan meja dan kursi, ruang petugas perpustakaan. Di perpustakaan juga sudah dilengkapi dengan computer sebagai penyimpanan data-data perpustakaan sehingga akan mudah dalam pendataan buku dalam menunjang kegiatan pembelajaran. Fasilitas di perpustakaan SD N Demangan sudah cukup lengkap dan pemanfaatan fasilitas yang ada cukup optimal.

d. UKS

UKS SD N Demangan ruangannya cukup luas, fasilitasnya juga cukup lengkap yaitu ada 6 bad dan 6 bantal di setiap ruang. Untuk fasilitas yang lainnya antara lain: timbangan, obat-obatan sederhana. Dikelola oleh koordinator atau semua warga sekolah.

e. Koperasi Siswa

Koperasi siswa terletak di sebelah barat ruang perpustakaan dan timur Mushola menghadap ke timur. Koperasi siswa menjual alat tulis, buku-buku paket, dan peralatan sekolah lainnya.

f. Sarana Penunjang

- 1) Mushola
- 2) Tempat parkir siswa, guru, dan karyawan
- 3) Kantin sekolah
- 4) Kamar mandi/WC guru maupun siswa
- 5) Ruang gudang

- 6) Ruang dapur
- 7) Ruang Gugus
- 8) Ruang pertemuan/rapat

3. Kondisi non fisik Sekolah

Untuk memperlancar jalannya pendidikan guna mencapai tujuan, maka sekolah mempunyai struktur organisasi. Dilihat dari struktur organisasi, kepala sekolah SD Negeri Demangan dijabat oleh Sri Lestari, S.Pd. Dalam melaksanakan tugasnya, kepala sekolah dibantu oleh seorang wakil kepala sekolah yaitu Muhammad Dzikri, S.Pd. Jumlah guru di SD Negeri Demangan yang terdiri dari guru tetap, guru bantu, dan guru tidak tetap.

Guru-guru SD N Demangan memiliki potensi yang cukup baik dan sangat berdedikasi di bidangnya masing-masing. Dari segi kedisiplinan dan ketrampilan guru-guru SD Negeri Demangan sudah cukup baik. Jumlah keseluruhan siswa SD Negeri Demangan adalah 339 siswa yang terbagi dalam 12 kelas, terdiri dari siswa kelas I, II, III, IV, V, dan VI. Adapun ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SD Negeri Demangan ini ada yang bersifat wajib dan ada pula yang bersifat pilihan. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut meliputi :

Ekstrakurikuler Wajib yaitu : Pramuka dan Pencak Silat

Ekstrakurikuler Pilihan yaitu : Seni Tari, Seni Musik, Seni Lukis dan Renang

B. Perumusan Program Kegiatan PPL

Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan mahasiswa tahun 2014, dilaksanakan pada tanggal 2 Juli sampai dengan 9 September 2014, yaitu :

1. Mempersiapkan materi pembelajaran yang akan dilaksanakan

Materi yang akan disampaikan dalam pembelajaran yaitu tentang pendidikan jasmani yang ada didalam silabus /buku guru,buku siswa tematik kurikulum 13.

2. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Sebelum pelaksanaan praktik mengajar di kelas/di lapangan harus membuat scenario atau langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan di kelas yang meliputi materi yang akan disampaikan, metode, dan tujuan apa yang akan dicapai dalam pembelajaran yang akan berlangsung yang dikenal dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP dibuat oleh mahasiswa dengan melakukan koordinasi dan konsultasi dengan guru pembimbing. Dengan RPP ini

harapannya kegiatan mengajar lebih terencana, terarah, dan terprogram, sehingga indikator pencapaian kompetensi yang diharapkan dapat terorganisir dan terlaksana dengan baik.

3. Penyusunan media pembelajaran

Media pembelajaran disiapkan/di buat setelah pembuatan RPP sebelum mengajar, agar media ajar dan materi ajar sesuai dengan RPP yang ditulis dan pembelajaran berjalan lancar.

4. Evaluasi hasil pembelajaran

Evaluasi pembelajaran dilakukan setiap materi pokok berupa tugas individu dan setiap standar kompetensi yang tercapai sebagai ulangan harian.

5. Konsultasi dengan guru pembimbing

Setiap selesai mengerjakan penyusunan RPP dan media pembelajaran kemudian dikonsultasikan kepada guru pembimbing sebelum melaksanakan praktik mengajar.

6. Konsultasi dengan dosen pembimbing DPL-PPL

Dosen DPL-PPL mengunjungi mahasiswa untuk konsultasi RPP, media pembelajaran, serta konsultasi permasalahan yang dihadapi saat berlangsungnya pembelajaran dalam kelas./lapangan

7. Praktik mengajar di kelas

Kegiatan praktik mengajar di kelas bertujuan untuk mempersiapkan, memberi pengalaman, dan mengembangkan kemampuan mahasiswa sebagai calon pendidik, sebelum mahasiswa tersebut terjun ke dunia pendidikan sebagai pendidik.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang diprogramkan dalam rangka mempersiapkan mahasiswa sebagai calon pendidik untuk menjadi tenaga kependidikan yang profesional, selain itu mampu menyampaikan ilmu pengetahuan juga mampu menyampaikan nilai-nilai yang terkandung dalam pembelajaran. Selain itu PPL juga dimaksudkan untuk menerapkan ilmu yang telah diterima mahasiswa selama perkuliahan di kampus.

Sebelum penerjunan PPL, mahasiswa dibekali dengan kemampuan seperti: pengetahuan perencanaan pembelajaran, menyusun perangkat pembelajaran, wawasan tentang etika profesi keguruan, pembelajaran mikro dan lain sebagainya. Persiapan lain yang dilakukan yaitu, observasi kelas, pembekalan PPL, pembimbingan PPL, pembuatan perangkat mengajar, serta persiapan sebelum mengajar.

Kegiatan yang dilakukan mahasiswa yang merupakan tahap persiapan sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu:

1. Pengajaran Mikro (PPL I)

Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi praktikan, dimana pada praktiknya dilaksanakan pada setiap jurusan kependidikan berupa kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil yang terdiri dari 10 siswa yaitu teman-teman mahasiswa yang berperan menjadi siswanya.

2. Observasi Pembelajaran di Kelas

Observasi pembelajaran di kelas merupakan kegiatan pengamatan oleh mahasiswa peserta PPL terhadap guru pembimbing di dalam kelas. Dari pihak sekolah mahasiswa peserta PPL diberi kesempatan observasi kelas dengan jadwal menyesuaikan jadwal guru pembimbing masing-masing.

Dengan observasi pembelajaran di kelas diharapkan agar mahasiswa memperoleh gambaran konkret mengenai teknik pembelajaran di kelas. Hal ini juga dimaksudkan agar mahasiswa dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan kelas yang sebenarnya sewaktu mengajar serta mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan lakukan pada saat sebelum dan setelah mengajar. Tujuan

dari observasi ini adalah agar mahasiswa mempunyai pengetahuan dan tambahan pengalaman dari guru pembimbing dalam hal mengajar dan pengelolaan kelas.

3. Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat persiapan mengajar. Dalam hal ini mahasiswa PPL diwajibkan untuk membuat perangkat pembelajaran yang meliputi Silabus, RPP, lembar presensi siswa, dan lembar penilaian siswa sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Setelah membuat perangkat pembelajaran, mahasiswa diharapkan mengkonsultasikan perangkat tersebut dengan guru pembimbing lapangan sebelum digunakan untuk PPL.

B. PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kependidikan, adalah agen perubahan. Para mahasiswa dituntut untuk mampu mengaktualisasikan kemampuan dan kompetensi yang dimilikinya sebagai hasil belajar di bangku kuliah dalam kehidupan yang nyata. Terkait dengan pemikiran tersebut, program PPL merupakan suatu wahana yang tepat bagi mahasiswa untuk mengimplementasikan ilmu yang dikuasainya. Dalam kesempatan ini, saya mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas PKS telah melaksanakan program-program PPL dengan kode lokasi yaitu SD Negeri Demangan

Adapun pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Mengajar

Kegiatan ini meliputi mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk kegiatan mengajar, seperti merencanakan jadwal mengajar, membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan materi beserta tugas-tugas yang akan diberikan kepada siswa.

2. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Dalam setiap kesempatan guru pembimbing memberikan arahan kepada praktikan agar melaksanakan PPL dengan baik. Guru pembimbing memberikan gambaran tentang kondisi siswa-siswi SD Negeri Demangan dalam hal kualitas. Guru pembimbing juga memberikan solusi-solusi tentang masalah-masalah yang mungkin muncul saat mengajar dan memberikan saran untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut.

3. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Hal yang perlu diperhatikan oleh praktikan dalam Praktik Pengalaman Lapangan adalah kesiapan fisik dan mental. Hal ini bertujuan agar selama kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan berlangsung, praktikan akan mampu menghadapi dan menyingkapi setiap hambatan dan gangguan yang mungkin muncul selama pelaksanaan PPL. Selain itu, praktikan tentu saja harus mempersiapkan materi yang diajarkan. Dengan persiapan materi yang matang.

Praktik mengajar berlangsung mulai tanggal 8 Agustus 2014 sampai dengan 9 September 2014. Berdasarkan pembagian dan kesepakatan dengan guru pembimbing, praktikan mengajar kelas I sampai dengan 1VA dan B. Jadwal pelaksanaan disesuaikan dengan jadwal pelajaran yang ada di SD Negeri Demangan. Buku acuan utama yang dipakai adalah Buku Tematik kurikulum 20013 pemakaian buku ini, praktikan hanya memakainya sebagai buku acuan, sedangkan materi maupun lisan praktikan menggunakan buku guru /buku siswa sebagai sumber , materi yang sedang diajarkan.

Adapun rincian kegiatan mengajar yang telah dilaksanakan sebagai berikut:

Pertemuan I

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Nama Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas / Semester	: IA (satu)/ 1(satu)
Jumlah Siswa	: 28 siswa
Pembelajaran	: 1 (satu), (Jumat , 8 Agustus 2014)
Alokasi Waktu	: 2 X 35 menit
Kopentensi inti	: 1,2,3,4,
Kompetensi Dasar	: 4.3Mempraktikkan pola gerak dasar manipulative sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan dan atau tradisional

Alat dan bahan : Bola plastic,simpai,cun,peluit

Sumber Belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema

1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

Pertemuan II

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Nama Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas / Semester	: IIa (dua)/ 1 (satu)
Jumlah Siswa	: 30 siswa
Pembelajaran	: 2 (dua), (Sabtu, 9 Agustus 2014)
Alokasi Waktu	: 2 X 35 menit
Kopentensi inti	: 1,2,3,4
Kompetensi Dasar	: 4.2 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar non lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional

Alat dan bahan : Peluit,cun,holahop

Sumber Belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema 1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

Pertemuan III

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Nama Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas / Semester	: IVA (empat)/ 1 (satu)
Jumlah Siswa	: 24 siswa
Pembelajaran	: 3 (tiga), (Jumat ,15 Agustus 2014)
Alokasi Waktu	: 4 X 35 menit
Kopentensi inti	: 1,2,3,4
Kompetensi Dasar	: 4.3 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau tradisional.

Alat dan bahan : Peluit,cun ,gamping,bola tenis

Sumber Belajar: Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema 1 Indahnya kebersamaan SD/MI kelas 4 ISBN 978-602-282-146-5

Pertemuan IV

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Nama Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas / Semester	: 1b (satu)/ 1 (satu)
Pembelajaran	: 1 (satu), (sabtu ,16 Agustus 2014)
Alokasi Waktu	: 2 x 35 menit
Kopetensi inti	: 1,2,3,4
Kompetensi Dasar	: 4.1 Mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional .

Alat dan bahan : Peluit,cun,rapia/gamping kapur

Sumber Belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema
1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

Pertemuan V

Nama Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas / Semester	: 1VB (empat)/ 1 (satu)
Jumlah Siswa	: 25 siswa
Peembelajaran	: 1 (satu), (Jumat , 22 Agustus, 2014)
Alokasi Waktu	: 4 X 35 menit
Kopetensi inti	: 1,2,3,4
Kompetensi Dasar	: 4.3 Mempraktekkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional

Alat dan bahan : cun,kapur gamping,gacok,bingkai/kreweng,peluit.

Sumber Belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema
1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

Pertemuan VI

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Sekolah : SD Negeri Demangan
Kelas / Semester : 2b/ I
Tema/subtema : Hidup rukun/2.Hidup rukun dengan teman bermain
Pembelajaran : 2
Hari/Tanggal : sabtu/23 Agustus 2014
Alokasi Waktu : 2 x 35 menit

Kopetensi inti : 1,2,3,4

Kompetensi Dasar : 4.3 Mempraktekkan variasi pola gerak dasar manipulative yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional.

Alat dan bahan : Bola kecil plastic,cun,peluit

Sumber belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema 1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

Pertemuan VII

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Sekolah : SD N Demangan
Kelas/Semester : 1a / 1
Tema/subtema : Diriku/Aku dan teman baruku
Pembelajaran : 5
Hari/Tanggal : Jumat, 29 Agustus 2014
Alokasi Waktu : 2 x 35 menit

Kopetensi inti : 1,2,3,4

Kompetensi Dasar : 4.1 Mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Alat dan bahan : peluit,cun,gamping kapur
Sumber belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema
1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

Pertemuan VIII

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Sekolah : SD N Demangan
Kelas /Semester : 2a / 1
Tema/subtem : Hidup rukun/3 Hidup rukun dengan teman bermain
Pembelajaran : 5
Hari/Tanggal : sabtu/30 Agustus 2014
Kopetensi inti : 1,2,3,4
Kompetensi Dasar : 4.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Alat dan bahan : peluit,corong ,rapia
Sumber belajar : Buku guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014,Tema
1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

4. Penggunaan Metode

Model pembelajaran yang digunakan pada setiap pertemuan adalah demonstrasi,latihan,penugasan dan Tanya jawab dengan metode yang berbeda-beda dan latihan atau penugasan. Pemilihan model ini dilakukan agar peran guru sebagai satu-satunya pemasok ilmu dapat dikurangi sehingga siswa lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran, dalam hal ini peran guru adalah sebagai fasilitator. Pada pelaksanaannya siswa merasa metode ini sangat efektif dan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Dengan menggunakan metode-metode dan cara penyampaian yang bervariasi membuat siswa semakin antusias dalam proses KBM.

5. Alat, Sumber dan Bahan Pembelajaran

Alat dan bahan pembelajaran yang digunakan praktikan selama masa praktek adalah:

- a. Bola kasti atau tenis
- b. Cone ,peluit,rapia
- c. Bola plastic besar/kecil

- d. Simpai/hola hop
- e. Skiping/tali karet
- f. Gambar-gambar aktivitas berolahraga
- g. Alam lingkungan sekitar,tumbuhan dan hewan
- h. Buku Tematik kurikulum 2013 Reverensi ,buku guru/buku siswa Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan 2014

6. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi dilakukan pada setiap selesai 1 pokok materi yang diajarkan ataupun juga bisa pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Caranya adalah apabila ada anak didik yang masih salah dalam melakukan gerakan maka praktikan menegur dan membenarkan gerakan yang salah tadi dan anak melakukan gerakan kembali sesuai kemampuan anak agar senang untuk berlatih kembali.

C. ANALISIS HASIL PELAKSANAAN DAN REFLEKSI

Pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2014 di SD Negeri Demangan berlangsung kurang lebih 8 minggu. Seluruh program yang telah direncanakan dapat berjalan dengan lancar. Kelancaran dan keberhasilan setiap program sangat dipengaruhi oleh kedisiplinan dan pemanfaatan potensi individu masing-masing dalam melaksanakan program kerja. Selain itu semangat serta dukungan dari berbagai pihak sangat berpengaruh terhadap terselesaikannya program PPL yang telah direncanakan.

Rencana-rencana yang telah disusun oleh praktikan hampir seluruhnya terlaksana, baik itu untuk metode maupun media. Hanya karena waktu yang sangat singkat dalam pelaksanaan PPL maka tidak semua konsep tersampaikan. Adapun hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan praktik mengajar adalah sebagai berikut :

- a. Mahasiswa dapat belajar membuat dan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk setiap materi pokok.
- b. Mahasiswa belajar untuk mengembangkan materi, media dan sumber pelajaran, serta belajar merancang strategi pembelajaran.
- c. Mahasiswa belajar menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Mahasiswa belajar untuk memilih serta mengorganisasikan materi, media dan sumber belajar.
- e. Mahasiswa belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.

- f. Mahasiswa mendapatkan pengalaman dalam hal ketrampilan mengajar, seperti pengelolaan tugas-tugas rutin, pengelolaan waktu, komunikasi dengan siswa, serta mendemonstrasikan metode belajar.
- g. Mahasiswa berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar.

Adapun analisis hasil pelaksanaan dan refleksi praktikan setelah Praktik Pengalaman Lapangan adalah sebagai berikut:

- **Analisis Hasil**

Secara rinci, hambatan-hambatan atau masalah yang timbul pada kegiatan Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dialami praktikan antara lain:

- Ada beberapa siswa yang bandel dan ribut sendiri sehingga sedikit mengganggu kelancaran kegiatan belajar mengajar.
- Pada awal pertemuan metode pembelajaran dan media ada beberapa yang kurang tepat dan kurang efektif.
- Ada beberapa siswa yang terlihat kurang suka dengan aktivitas jasmani/ gerak sehingga praktikan harus memutar otak dan merayu agar mau menyukai terlebih dahulu apa yang akan dia kerjakan.
- Kondisi lapangan sekolah yang sempit membuat proses belajar mengajar harus dilakukan di lapangan PJKA atau lokasi pramuka Langensari dan arena bermain utara kantor kalurahan Demangan .
- Kondisi lapangan yang berdebu saat panas dan banjir saat hujan juga menghambat pembelajaran, guru harus lebih hati-hati saat mengajar.

- **Refleksi**

Setelah menemui hambatan-hambatan tersebut di atas, praktikan berusaha mencari solusi untuk mengatasi atau setidaknya meminimalisasikan hambatan-hambatan tersebut. Adapun cara yang ditempuh praktikan antara lain:

- Lebih mempersiapkan mental, penampilan serta materi agar lebih percaya diri dalam melaksanakan kegiatan praktik mengajar.
- Mendesain materi semenarik mungkin agar peserta didik, khususnya mereka yang bandel dan ribut sendiri, lebih tertarik lagi untuk mengikuti pelajaran.
- Melakukan pendekatan secara individual dengan siswa yang kurang menyukai aktivitas jasmani serta memberikan suatu motivasi ataupun menjalin keakraban dengan siswa tersebut sehingga siswa mulai menyukai penjasorkes karena praktikan yang bersahabat.

- Praktikan melakukan pengawasan dan pengontrolan area pembelajaran khususnya batas/ area terlarang siswa untuk beraktivitas agar tidak mengganggu pembelajaran yang lainnya dan juga mudah dalam melakukan pengawasan.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilaksanakannya PPL di SDN Demangan selama kurang lebih 2,5 bulan, mulai dari observasi awal sampai dengan proses pelaksanaannya, penulis merasa banyak sekali mendapatkan ilmu serta pengalaman terkait dengan kondisi sekolah serta cara mengajar atau menjadi guru yang sebenarnya. Dari pelaksanaan PPL yang sudah dilaksanakan, penulis mengambil kesimpulan :

1. PPL merupakan mata kuliah yang sangat membantu mahasiswa untuk memberikan pengalaman langsung sebagai pendidik di sekolah.
2. PPL memberikan pengalaman nyata bagi mahasiswa terkait kondisi pendidikan yang ada pada saat ini.
3. Agar PPL dapat berjalan dengan lancar maka harus didukung oleh semua pihak, baik itu pihak universitas dan juga sekolah.

B. Saran

Adapun saran yang penulis ingin sampaikan terkait dengan PPL yang sudah dilaksanakan yaitu :

1. Bagi pihak SDN Demangan Yogyakarta
 - a) Meningkatkan sarana belajar sehingga proses pembelajaran akan semakin efektif
 - b) Penegakan tata tertib untuk siswa yang tidak disiplin
 - c) Membiasakan anak untuk tidak jajan sebelum selesai pelajaran olahraga
2. Bagi pihak Universitas Negeri Yogyakarta
 - a) Monitoring yang efektif untuk mahasiswa PPL
 - b) Peningkatan kerjasama dengan sekolah-sekolah yang masih belum dijadikan tempat sebagai PPL.
3. Bagi Mahasiswa
 - a) Menyiapkan diri sebelum terjun langsung ke lapangan
 - b) Rajin berkonsulstasi dan bimbingan dengan dosen atau guru-guru di sekolah

DAFTAR PUSTAKA

UPPL, UNY, 2013. *Materi Pembekalan KKN-PPL*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta

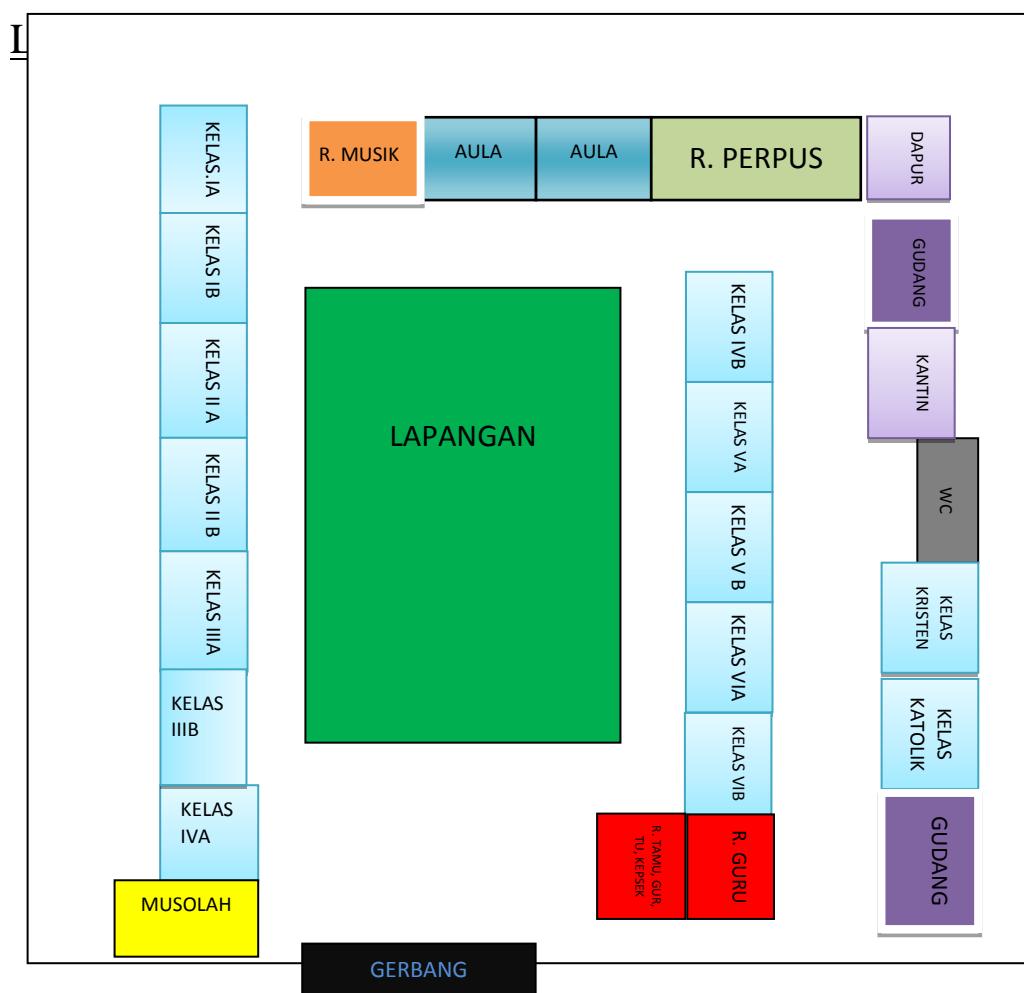
UPPL, UNY, 2013. *Panduan KKN-PPL*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta

DAFTAR LAMPIRAN

- A. IDENTITAS SEKOLAH
- B. KALENDER PENDIDIKAN
- C. JADWAL PRAKTEK MENGAJAR
- D. RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
- E. DAFTAR PRESENSI SISWA
- F. FOTO-FOTO KEGIATAN PPL

IDENTITAS SEKOLAH

1. Nama Sekolah : SD NEGERI DEMANGAN NSS :
2. Alamat sekolah
Jalan : Munggur No. 38 NPSN :
Desa/Kelurahan : Demangan
Kecamatan : Gondokusuman
Provinsi : D.I.Yogyakarta
Telp : 0274 - 550350 E-mail : Sddemangan@yahoo.co.id
3. Status Sekolah : Negeri
4. Gugus Sekolah : Inti
5. Kategori Sekolah : Sekolah Dasar Setandar Penilaian Minimal
6. Kurikulum Digunakan : KTSP dan Tematik





**KALENDER PENDIDIKAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015
SD NEGERI DEMANGAN YOGYAKARTA**



Dari Hari Kegiatan

Bersama-sama
1. Kegiatan FPPC9
2. Kegiatan Warkop KITSU
3. Pemutusara Perangkat Pemerintahan
Kognitif MOIS Suara Banting
Kognitif Persantian Kuala Lumpur
Pengaruh Han Anak Nasional
Hanifah Ramadhan

JADWAL PELAJARAN SDN DEMANGAN FINAL
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

KELAS	JAM KE	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
I A	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS	PEN JAS
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS	PEN JAS
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	P. AGAMA	Tematik	Tematik
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	PRAMUKA	P. AGAMA	P. AGAMA	Tematik	Tematik
	5	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	PRAMUKA	P. AGAMA	Tematik	BTAQ	MELUKIS
	6	10.05 - 10.40 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	BTAQ	MELUKIS
		10.40 - 10.50 WIB						
	7	10.50 - 11.25 WIB		Tematik		SENI TARI		
	8	11.25 - 12.00 WIB				SENI TARI		
	9	12.00 - 12.35 WIB						
II A	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	Tematik	P. AGAMA	PEN JAS	Tematik	Tematik
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	Tematik	P. AGAMA	PEN JAS	Tematik	Tematik
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PAGAMA	PEN JAS
	5	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PAGAMA	
	6	10.05 - 10.40 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	BTAQ	MELUKIS	
		10.40 - 10.50 WIB						
	7	10.50 - 11.25 WIB	PRAMUKA	Tematik		BTAQ		
	8	11.25 - 12.00 WIB	PRAMUKA	SENI TARI				
	9	12.00 - 12.35 WIB		SENI TARI				
III A	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	B INDO	MTK	MTK	B INDO	PKN
	2	07.35 - 08.10 WIB	IPA	B INDO	MTK	MTK	B INDO	PKN
	3	08.10 - 08.45 WIB	IPA	B INDO	MTK	MTK	B INDO	SBK
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	SBK/S.RUPA	IPS	PENJAS	SBK	IPA	PAGAMA
	5	09.30 - 10.05 WIB	SB JAWA	IPS	PENJAS	PAGAMA	IPA	
	6	10.05 - 10.40 WIB	SB JAWA	PRAMUKA	PENJAS	PAGAMA		
		10.40 - 10.50 WIB						
	7	10.50 - 11.25 WIB	BTAQ	PRAMUKA	SILAT	MELUKIS		
	8	11.25 - 12.00 WIB	BTAQ	BATIK	SILAT	MELUKIS		
IV A	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	Tematik	Tematik	SENI TARI	Tematik	Tematik
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	SENI TARI	Tematik	Tematik
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PENJAS	Tematik
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PENJAS	Tematik
	5	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PENJAS	PAGAMA
	6	10.05 - 10.40 WIB	BTAQ	B. INGGRIS	Tematik	Tematik	PENJAS	PAGAMA
		10.40 - 10.50 WIB						
	7	10.50 - 11.25 WIB	Tematik	BTAQ	B. INGGRIS	PAGAMA		Tematik
	8	11.25 - 12.00 WIB	SILAT	BATIK	PRAMUKA	PAGAMA		Tematik
V A	9	12.00 - 12.35 WIB	SILAT	BATIK	PRAMUKA			
	10	12.35 - 13.10 WIB						
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	PENJAS	Tematik	PAGAMA	PAGAMA	Tematik
	2	07.35 - 08.10 WIB	PENJAS	PENJAS	Tematik	PAGAMA	PAGAMA	Tematik
	3	08.10 - 08.45 WIB	PENJAS	BATIK	Tematik	SENI TARI	Tematik	Tematik
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	BATIK	Tematik	SENI TARI	Tematik	Tematik
	5	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PRAMUKA	Tematik
	6	10.05 - 10.40 WIB	B. INGGRIS	Tematik	BTAQ	Tematik	PRAMUKA	Tematik
		10.40 - 10.50 WIB						
VI A	7	10.50 - 11.25 WIB	B. INGGRIS	Tematik	BTAQ	SILAT		Tematik
	8	11.25 - 12.00 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	SILAT		Tematik
	9	12.00 - 12.35 WIB	Tematik	Tematik	Tematik			
	10	12.35 - 13.10 WIB						
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	IPA	B INDO	IPS	PKn	MTK
	2	07.35 - 08.10 WIB	B INDO	IPA	B INDO	IPS	PKn	MTK
	3	08.10 - 08.45 WIB	B INDO	SB JAWA	B INDO	PENJAS	IPS	PAGAMA
		08.45 - 08.55 WIB						
	4	08.55 - 09.30 WIB	MTK	PAGAMA	IPA	PENJAS	SBK/S.Rupa	BATIK
	5	09.30 - 10.05 WIB	MTK	PAGAMA	IPA	PENJAS	SBK/S.Rupa	BATIK
	6	10.05 - 10.40 WIB	MTK	SENI TARI	SB JAWA	PENJAS		SILAT
		10.40 - 10.50 WIB						
	7	10.50 - 11.25 WIB	SBK	SENI TARI	B. INGGRIS	PRAMUKA		SILAT
	8	11.25 - 12.00 WIB	SBK	BTAQ	B. INGGRIS	PRAMUKA		
	9	12.00 - 12.35 WIB		BTAQ				
	10	12.35 - 13.10 WIB						

JADWAL PELAJARAN SDN DEMANGAN FINAL

TAHUN PELAJARAN 2014/2015

KELAS	JAM KE	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUM'AT	SABTU
I B	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS	PEN JAS
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS	PEN JAS
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	P. AGAMA	Tematik	Tematik
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	PRAMUKA	P. AGAMA	P. AGAMA	Tematik	Tematik
	6	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	PRAMUKA	P. AGAMA	Tematik	BTAQ	MELUKIS
	7	10.05 - 10.40 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	BTAQ	MELUKIS
	8	10.40 - 10.50 WIB		S	R	A	H	A
	9	10.50 - 11.25 WIB		Tematik		SENI TARI		
	10	11.25 - 12.00 WIB				SENI TARI		
II B	1	12.00 - 12.35 WIB						
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	Tematik	P. AGAMA	PEN JAS	Tematik	Tematik*
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	Tematik	P. AGAMA	PEN JAS	Tematik	Tematik*
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PEN JAS
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PAGAMA	
	6	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	BTAQ	MELUKIS	
	7	10.05 - 10.40 WIB		S	R	A	H	A
	8	10.40 - 11.25 WIB	PRAMUKA	Tematik		BTAQ		
	9	11.25 - 12.00 WIB	PRAMUKA	SENI TARI				
III B	10	12.00 - 12.35 WIB	PRAMUKA	SENI TARI				
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	MTK	PENJAS	MTK	B INDO	IPS
	2	07.35 - 08.10 WIB	MTK	MTK	PENJAS	MTK	B INDO	IPS
	3	08.10 - 08.45 WIB	MTK	IPA	PENJAS	PKN	SBK/S.Rupa	BATIK
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	B INDO	IPA	B INDO	PKN	IPA	PAGAMA
	6	09.30 - 10.05 WIB	B INDO	SB JAWA	B INDO	PAGAMA	IPA	
	7	10.05 - 10.40 WIB	SBK	PRAMUKA	SBK	PAGAMA		
	8	10.40 - 11.25 WIB		S	R	A	H	A
	9	11.25 - 12.00 WIB	BTAQ	PRAMUKA	SILAT	MELUKIS		
IV B	10	12.00 - 12.35 WIB	BTAQ	SB JAWA	SILAT	MELUKIS		
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	BATIK	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	2	07.35 - 08.10 WIB	Tematik	BATIK	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	3	08.10 - 08.45 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	PENJAS	Tematik
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	SENI TARI	Tematik*)	BTAQ	PENJAS	Tematik
	6	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	SENI TARI	Tematik*)	BTAQ	PENJAS	PAGAMA
	7	10.05 - 10.40 WIB		S	R	A	H	A
	8	10.40 - 11.25 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	PAGAMA		B. INGGIRIS
	9	11.25 - 12.00 WIB	SILAT	Tematik	PRAMUKA	PAGAMA		B. INGGIRIS
V B	10	12.00 - 12.35 WIB	SILAT	Tematik	PRAMUKA			
	1	12.35 - 13.10 WIB						
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	PENJAS	Tematik	PAGAMA	PAGAMA	Tematik
	2	07.35 - 08.10 WIB	PENJAS	PENJAS	Tematik	PAGAMA	PAGAMA	Tematik
	3	08.10 - 08.45 WIB	PENJAS	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	6	09.30 - 10.05 WIB	Tematik	BATIK	Tematik	SENI TARI	PRAMUKA	Tematik
	7	10.05 - 10.40 WIB	Tematik	BATIK	Tematik	SENI TARI	PRAMUKA	Tematik
	8	10.40 - 11.25 WIB		S	R	A	H	A
VI B	9	11.25 - 12.00 WIB	B. INGGIRIS	Tematik	BTAQ	SILAT		Tematik
	10	12.00 - 12.35 WIB	B. INGGIRIS	Tematik	BTAQ			Tematik
	1	12.35 - 13.10 WIB						
	1	07.00 - 07.35 WIB	UPACARA	SB Jawa	MTK	PKN	IPA	BATIK
	2	07.35 - 08.10 WIB	MTK	SENI TARI	MTK	PKN	IPA	BATIK
	3	08.10 - 08.45 WIB	MTK	SENI TARI	MTK	PENJAS	B INDO	PAGAMA
	4	08.45 - 08.55 WIB		S	R	A	H	A
	5	08.55 - 09.30 WIB	B INDO	PAGAMA	IPA	PENJAS	B INDO	SBK
	6	09.30 - 10.05 WIB	B INDO	PAGAMA	IPA	PENJAS	IPS	SBK
	7	10.05 - 10.40 WIB	B INDO	BTAQ	SB JAWA	PENJAS		SILAT
	8	10.40 - 11.25 WIB		S	R	A	H	A
	9	11.25 - 12.00 WIB	IPS	BTAQ	SBK/S.Rupa	PRAMUKA		SILAT
	10	12.00 - 12.35 WIB	IPS	B. INGGIRIS	SBK/S.Rupa	PRAMUKA		
	11	12.35 - 13.10 WIB	IPS	B. INGGIRIS				

JADWAL PRAKTEK MENGAJAR DI SDN DEMANGAN

NO	NAMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
		8/8/2014	9/8/2014	15/8/2014	16/8/2014	22/8/2014	23/8/2014	29/8/2014	30/8/2014	5/9/2014	6/9/2014
1	Akhid Wibowo	1a	2a	4a	1b	4b	2b	1a	2a	4a	1b
2	Umini	1b	2b	4b	1a	1b	2a	4a	1b	1a	2b
3	Suparno	4a	1a	1b	2a	4a	1a	1b	2b	4b	1a
4	Supriyanto	4b	1b	1a	2b	1a	1b	4b	1a	1b	2a

Mengetahui
Guru Pembimbing

Yogyakarta, Agustus 2014
Mahasiswa

Margiyono S.Pd
NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
NIM.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	: I / I
Tema/subtema	: Diriku / Aku dan teman baruku
Pembelajaran	: I
Waktu	: 2 x 35 menit

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

Ketrampilan inti pelajaran :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2.Memiliki perilaku jujur
.disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam
berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan
mencoba
(mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa
ingin tahu secara
kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya
,dan benda-benda
yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan
logis,
sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang
mencerminkan anak
sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak
beriman dan
berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1. Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 2.2. Menunjukkan perilaku santun kepada teman dan guru selama pembelajaran penjas
- 3.3. Mengetahui konsep gerak dasar manipulative sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan
arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional
- 4.3. Mempraktikkan pola gerak dasar manipulative sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan
arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Indikator : 1.1.1 siswa dapat mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan

- 2.1.1 siswa dapat menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.3.1 siswa dapat mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulative
- 4.3.1 siswa dapat melakukan gerakan melempar bola
- 4.3.2 siswa dapat melakukan gerakan menangkap bola

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2.Menunjukkan perilaku ,percaya diri,dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.Mengidentifikasi gerakan melempar bola sebagai gerak manipulative
- 4.Melakukan gerakan melempar bola
- 5.Melakukan gerakan menangkap bola

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Gerak dasar manipulative : - Gerak melempar bola
- Gerak menangkap bola

C.Metode Pembelajaran :

- demonstrasi
- Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	<p>Dengan langkah-langkah sebagai berikut :</p> <p>a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf</p> <p>b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran</p> <p>c. Berdoa</p> <p>d. Presensi (mengecek kehadiran siswa) sisa saja yang masuk dan siswa yang absen</p> <p>Apersepsi :</p> <p>a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan</p> <p>b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran</p> <p>c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan :</p> <p>Bola lempar cara bermain :~Dibuat sebuah lingkaran dengan garis tengah kira-kira tujuh meter .Seorang pelempar 1 atau 2 anak berada diluar lingkaran ,Pemain diluar lingkaran bertugas sebagai pelempar bola Pelempar melemparkan bola kearah pemain yang ada didalam lingkaran ,pemain yang ada didalam lingkaran berusaha menghindari lemparan bola .Pemain yang terkena lemparan bola harus keluar dari lingkaran dan</p>

		membantu si pelempar demikian seterusnya .Catatan : setiap pemain berusaha agar jangan sampai terkena lemparan bola
2	Kegiatan Inti 45 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh gerak melempar dan menangkap bola dengan tepat melalui sebuah permainan saling berkenalan .</p> <p>2.Siswa mengamati gambar berkenalan dengan teman baru yang di tunjukkan oleh guru .</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan melempar bola dan menangkap bola .</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan melempar bola dan menangkap bola .</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerakan melempar bola dan menangkap bola .</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan melempar bola dan menangkap bola dengan siswa lainnya dan guru .</p> <p>7. Siswa melakukan gerakan melempar dan menangkap bola dalam permainan berkenalan dengan teman .</p> <p>Catatan: Mulailah berlatih melempar dan menangkap bola dengan benar</p>
3	Penutup 10 menit	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa berada pada posisi melingkar -Siswa bernyanyi “ Siapakah Namamu ? ” -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru member tugas pada siswa untuk mengulang kegiatan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa Penghormatan

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : Bola plastic,peluit ,cun/corong
- 2.Fasilitas : Ruang senam /halaman
- 3,Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
Tema1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

F. Penilaian :

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan.

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan sikap awal berdiri melempar bola		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan melempar bola		
3.	Siswa dapat menjelaskan sikap tangan menangkap bola		
4.	Siswa dapat menjelaskan gerakan melempar dan menangkap bola dengan benar		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan sikap awal berdiri melempar bola			
2	Gerakan melempar bola			
3	Gerakan tangan melempar bola			
4	Gerakan sikap melempar dan menangkap bola			

Guru Pembimbing

Yogyakarta ,8 Agustus 2014

Mahasiswa

Margiyono S.Pd
NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
Nim.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	: Ib / I
Tema/subtema	: Diriku / Aku dan teman baruku
Pembelajaran	: I
Waktu	: 2 x 35 menit

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

Ketrampilan inti pelajaran :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
- 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
- 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1. Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
 - 3.1 Mengetahui konsep gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional
 - 4.1 Mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Indikator : 1.1.1 siswa dapat mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
2.1.1 siswa dapat menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan

- 3.3.1 siswa dapat mengidentifikasi gerak lokomotor pada aktivitas berjalan
- 4.1.1 siswa dapat melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan lurus
- 4.1.2 siswa dapat melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan zig-zag
- 4.1.3 siswa dapat melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan lengkung

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2.Menunjukkan perilaku ,percaya diri,dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.Mengidentifikasi gerak lokomotor pada aktivitas berjalan
- 4.Melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan lurus
- 5.Melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan zig-zag
- 6.Melakukan gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan lengkung

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Gerak dasar lokomotor :
 - Gerak berjalan lurus
 - Gerak berjalan zig-zag
 - Gerak berjalan lengkung

C.Metode Pembelajaran :

- demonstrasi
- Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	<p>Dengan langkah-langkah sebagai berikut :</p> <ul style="list-style-type: none"> a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c. Berdoa d. Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen <p>Apersepsi :</p> <ul style="list-style-type: none"> a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : <p>Balap kereta api :</p> <p>cara bermain /pelaksanaannya siswa ditarikkan menjadi empat kelompok kemudian tiap-tiap regu saling berpegangan pada pinggang jangan sampai lepas berjalan dalam permainan balap kereta api,</p>

		.Catatan : setiap pemain berusaha agar jangan sampai terlepas dalam berpegangan dengan teman
2	Kegiatan Inti 45 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh gerak lokomotor menggunakan kaki dalam berjalan lurus ,berjalan zig-zag ,berjalan lengkung dengan benar .</p> <p>2.Siswa mengamati gambar berjalan lurus,berjalan zig-zag ,berjalan lengkung dengan benar yang ditunjukkan oleh guru</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan berjalan lurus, berjalan zig-zag ,berjalan lengkung .</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan berjalan garis lurus,berjalan garis zig-zag ,berjalan garis lengkung .</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerakan berjalan garis lurus ,berjalan garis zig-zag ,berjalan garis lengkung .</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan berjalan garis lurus ,berjalan garis zig-zag ,berjalan garis lengkung dengan siswa lainnya dan guru .</p> <p>7. Siswa melakukan gerakan berjalan ; a.sikap berjalan garis lurus b.sikap berjalan garis zig-zag c,sikap berjalan lengkung</p> <p>Mulailah berlatih melempar dan menangkap bola dengan benar</p>
3	Penutup 10 menit	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa berada pada posisi duduk melingkar -Siswa bernyanyi “ Balonku ada lima “ -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru memberi tugas pada siswa untuk mengulang kegiatan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa Penghormatan

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : peluit ,cun/corong ,rapia/gamping kapur
 2.Fasilitas : Ruang senam /halaman
 3,Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
 Tema1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

F.Penilaian ;

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan.

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan sikap berjalan kaki		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan kaki garis lurus		
3.	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan kaki garis zig-zag		
4.	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan kaki garis lengkung		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan sikap berjalan kaki dengan benar			
2	Gerakan berjalan kaki garis lurus			
3	Gerakan berjalan kaki garis zig-zag			
4	Gerakan berjalan kaki garis lengkung			

Yogyakarta ,16 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd
 NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
 Nim.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	: IIa / I
Tema/subtema	: Hidup rukun /Hidup rukun dirumahku
Pembelajaran	: 2
Waktu	: 2 x 35 menit

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

Ketrampilan inti pelajaran :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
- 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
- 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1.Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.2 Mengetahui konsep gerak variasi pola gerak dasar non lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional
- 4.2 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar non lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional

- Indikator :**
- 1.1.1 siswa dapat mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
 - 2.1.1 siswa dapat menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
 - 3.2.1 siswa dapat mengidentifikasi gerakan variasi pola gerak dasar non lokomotor dalam bentuk permainan sederhana

4.2.1 siswa dapat melakukan gerakan variasi pola gerak dasar non lokomotor dalam bentuk permainan sederhana

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2.Menunjukkan perilaku ,percaya diri,dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.Mengidentifikasi gerakan variasi pola gerak dasar non lokomotor dalam bentuk permainan sederhana
- 4.Melakukan gerakan variasi pola gerak dasar non lokomotor dalam bentuk permainan sederhana

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Gerak dasar non lokomotor : - Gerak berjalan di tempat
 - Gerak mengayun kaki
 - Gerak memutar lengan

C.Metode Pembelajaran :

:	- demonstrasi - Penugasan - Tanya jawab
---	---

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	Dengan langkah-langkah sebagai berikut : a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c. Berdoa d. Presensi (mengecek kehadiran siswa) sisa saja yang masuk dan sispa yang absen Apersepsi : a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “ Nama-nama jari tangan sambil bernyanyi “ cara bermain /pelaksanaannya siswa ditarikkan menjadi empat kelompok kemudian tiap-tiap regu saling berhadapan mengangkat kedua tangannya menyebut nama-nama jari sambil bernyanyi bersama-sama. .Catatan : setiap pemain berusaha agar bisa menunjukkan nama-nama jari dengan

		benar
2	Kegiatan Inti 45 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh gerak dasar non lokomotor jalan kaki ditempat,mengayun kaki ,memutar lengan .</p> <p>2.Siswa mengamati gambar gerak jalan ditempat ,gerak mengayunkan kaki ,gerak memutar lengan yang ditunjukkan oleh guru</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan jalan , mengayun dan memutar lengan .</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan jalan ditempat mengayun kaki dan memutar lengan .</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerakan berjalan ditempat ,mengayun kaki ,memutar lengan .</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan berjalan ,mengayun kaki, memutar lengan dengan siswa lainnya dan guru</p> <p>7.Siswa melakukan gerakan, gerak dasar non lokomotor :</p> <p>a.dalam permainan lingkaran besar dan lingkaran kecil /kelompok mangga kelompok manggis</p> <p>b.dengan aba-aba guru mangga atau manggis ,kelompok yang disebut nama kelompok melakukan gerakan jalan ditempat,mengayun kaki ,memutar lengan</p> <p>Mulailah berlatih gerak dasar non lokomotor dengan benar</p>
3	Penutup 10 menit	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf /lingkaran -Siswa bernyanyi “ Topi saya bundar “ -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru memberi tugas pada siswa untuk mengulang kegiatan

	dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa Penghormatan
--	--

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : peluit ,cun/corong ,
 2.Fasilitas : Ruang senam /halaman
 3,Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
 Tema1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

F.Penilaian ;

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan.

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan gerak dasar non lokomotor		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan ditempat		
3.	Siswa dapat menjelaskan gerakan mengayun kaki		
4.	Siswa dapat menjelaskan gerakan memutar lengan		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan sikap dasar non lokomotor			
2	Gerakan berjalan kaki ditempat			
3	Gerakan mengayun kaki			

4	Gerakan memutar lengan			
---	------------------------	--	--	--

Guru Pembimbing

Margiyono S.Pd
NIP.197009292000031005

Yogyakarta ,9 Agustus 2014
Mahasiswa

Akhid Wibowo
Nim.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	:	Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	:	SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	:	Ia / I
Tema/subtema	:	Diriku / Aku dan teman baruku
Pembelajaran	:	5
Waktu	:	2 x 35 menit

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
- 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
- 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.1 Mengetahui konsep gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.1 Mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor sesuai dengan dimensi anggota tubuh yang digunakan arah,ruang gerak,hubungan dan usaha dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

- Indikator :**
- 1.1.1 siswa dapat mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
 - 2.1.1 siswa dapat menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
 - 3.3.1 siswa dapat melakukan gerak lokomotor sesuai dengan arahan guru
 - 4.1.1 siswa dapat melakukan gerak lokomotor berjalan berpasangan
 - 4.1.2 siswa dapat melakukan gerak lokomotor berlari berpasangan
 - 4.1.3 siswa dapat melakukan gerak lokomotor berjalan dan berlari sambil bergandengan tangan

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2.Menunjukkan perilaku ,percaya diri,dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.Melakukan gerak lokomotor sesuai dengan arahan guru
- 4.Melakukan gerak lokomotor berjalan berpasangan
- 5.Melakukan gerak lokomotor berlari berpasangan
- 6.Melakukan gerak lokomotor berjalan dan berlari sambil bergandengan tangan

B.Materi ajar (materi pokok) :

- | | |
|---------------------------|---|
| - Gerak dasar lokomotor : | <ul style="list-style-type: none"> - Gerak berjalan berpasangan - Gerak berlari berpasangan - Gerak berjalan dan berlari bergandengan tangan |
|---------------------------|---|

C.Metode Pembelajaran :

- demontrasi
- Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	<p>Dengan langkah-langkah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b. Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c. Berdoa d. Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen <p>Apersepsi :</p> <ol style="list-style-type: none"> a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : <p>Kartu angka bilangan 1-5 : cara bermain /pelaksanaannya siswa ditarikkan dengan rapi sesuai dengan urutan tinggi badan dan dibagi dalam kelompok terdiri 5 anak tidak boleh lebih kemudian dibagikan kalung angka ,anak melakukan pemanasan berlari mengelilingi lapangan terus kembali sesuai kelompoknya masing-masing sesuai perintah dari guru</p> <p>Catatan : setiap pemain berusaha agar kembali mencari kelompoknya masing-masing sesuai perintah guru</p>

2	<p>Kegiatan Inti 45 menit</p> <p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh gerak lokomotor sesuai arahan dari guru .</p> <p>2.Siswa mengamati gambar anak-anak berjalan ,berlari berpasangan bergandengan tangan yang ditunjukkan oleh guru</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan berjalan , berlari berpasangan bergandengan tangan tidak bersenggolan dengan teman dengan benar</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan berjalan ,berlari berpasangan bergandengan tangan tidak bersenggolan dengan teman dengan benar .</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerakan berjalan ,berlari berpasangan bergandengan tangan tidak bersenggolan dengan teman dengan benar</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan berjalan ,berlari berpasangan bergandengan tangan tidak bersenggolan dengan teman dengan siswa lainnya dan guru .</p> <p>7. Siswa melakukan gerakan berjalan ; a.sikap berjalan berpasangan b.sikap berlari berpasangan bergandengan tangan c.sikap berjalan ,berlari berpasangan bergandengan tangan</p> <p>Mulailah berlatih berjalan dan berlari berpasangan bergandengan tangan dengan benar</p>	
3	<p>Penutup 10 menit</p> <p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa berada pada posisi duduk melingkar -Siswa bernyanyi “ Naik-naik kepuncak gunung “ -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru memberi tugas pada siswa untuk mengulang kegiatan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa Penghormatan 	

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : peluit ,cun/corong ,gamping kapur
 2.Fasilitas : Ruang senam /halaman
 3,Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
 Tema1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

F.Penilaian :

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan.

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan sikap berjalan kaki		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan berpasangan		
3.	Siswa dapat menjelaskan gerakan berlari		
4.	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan dan berlari bergandengan		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan sikap berjalan dengan benar			
2	Gerakan berjalan berpasangan			
3	Gerakan berlari berpasangan			
4	Gerakan berjalan dan berlari bergandengan			

Yogyakarta ,29 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd
 NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
 Nim.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	: 1b / I
Tema/subtema	: Diriku / 2. Tubuhku
Pembelajaran	: 1
Waktu	: 2 x 35 menit

Kompetensi inti

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
 - 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
 - 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba
(mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
 - 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis,
sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- Kompetensi Dasar :**

 - 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
 - 2.1 Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
 - 3.8 Mengetahui bagian-bagian tubuh sediri ,kegunaan dan cara menjaga kebersihannya terutama badan , kuku,kulit,gigi,rambut,hidung,telinga,tangan dan kaki serta menjaga kebersihan pakaian yang digunakan
 - 4.8 Mempraktikkan cara memelihara dan menjaga kebersihan bagian-bagian tubuh sendiri terutama badan,kuku,kulit,gigi,rambut,hidung,telinga,tangan,dan kaki serta menjaga kebersihan pakaian yang digunakan.

Indikator : 1.1.1 siswa dapat mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan

- 2.1.1 siswa dapat menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan

3.8.1 siswa dapat mengidentifikasi bagian-bagian tubuh sediri ,kegunaan dan cara menjaga kebersihannya terutama badan , kuku,kulit,gigi,rambut,hidung,telinga,tangan dan kaki serta menjaga kebersihan pakaian yang digunakan

4.8.1 siswa dapat menujukkan bagian-bagian tubuh dengan tepat

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2.Menunjukkan perilaku ,percaya diri,dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.Melakukan gerak menunjuk bagian-bagian tubuh sambil bernyanyi “ Dua mata saya ”
- 4.Menyebutkan nama-nama anggota tubuh dengan tepat
- 5.Menyebutkan jumlah anggota tubuh dengan tepat
- 6.Melakukan bermain dengan menunjukkan bagian-bagian tubuh dengan tepat

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Mengenal anggota tubuh : - kepala,pundak,lutut,kaki
- kuku,kulit,gigi,rambut,hidung,telinga,tangan

C.Metode Pembelajaran :
- demonstrasi
- Penugasan
- Tanya jawab**D.Langkah-Langkah Pembelajaran :**

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	Dengan langkah-langkah sebagai berikut : a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c. Berdoa d. Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen Apersepsi : a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “menunjukkan bagian-bagian anggota tubuh sambil bernyanyi dua mata saya ” cara bermain /pelaksanaannya siswa ditarikkan dengan rapi sesuai perintah guru dibagi dalam kelompok barisan kemudian bernyanyi : Dua mata saya Hidung saya satu Dua kaki saya Pakai sepatu baru Dua tangan saya Yang kiri dan kanan Satu mulut saya Tidak berhenti makan

2	Kegiatan Inti 45 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh gerakan sesuai arahan dari guru .</p> <p>2.Siswa mengamati gambar anak-anak bernyanyi sambil menunjukkan bagian-bagian tubuh yang ditunjukkan oleh guru</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan menunjuk bagian-bagian tubuh sambil bernyanyi dua mata saya dengan benar</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan menunjuk bagian-bagian tubuh sambil bernyanyi dua mata saya teman dengan benar .</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerakan menunjuk bagian-bagian anggota tubuh teman dengan benar</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan menunjuk bagian-bagian tubuh dengan siswa lainnya dan guru .</p> <p>7. Siswa melakukan gerakan memegang ; a.kepala pundak lutut kaki b.mata hidung tangan telinga pipi kuku gigi</p> <p>Mulailah berlatih berjalan dan berlari berpasangan bergandengan tangan dengan benar</p>
3	Penutup 10 menit	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa berada pada posisi duduk melingkar -Siswa bernyanyi “ Kepala pundak lutut kaki “ -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru memberi tugas pada siswa untuk mengulang kegiatan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa Penghormatan

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : peluit ,cun/corong ,gamping kapur
 2.Fasilitas : Ruang senam /halaman
 3,Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
 Tema1 Diriku untuk SD/MI kelas 1 ISBN 978-602-282-130-4

F.Penilaian :

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan.

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menyebutkan nama anggota tubuh manusia		
2	Siswa dapat menyebutkan jumlah anggota tubuh		
3.	Siswa dapat menunjuk anggota tubuh		
4.	Siswa dapat menjelaskan kegunaan tangan,kaki,mata,telinga,mulut,gigi,hidung,rambut dll		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan sikap menunjuk bagian tubuh			
2	Gerakan memegang bagian-bagian tubuh			
3	Gerakan reflek memegang hidung,telinga,mulut			
4	Gerakan memegang bagian tubuh dengan bernyanyi pundak lutut kaki			

Yogyakarta ,6 September 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd
 NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
 Nim.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN [RPP]

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD N Demangan
Kelas/Semester	: 2a / 1
Tema/subtema	: Hidup rukun / 3 .Hidup rukun dengan teman bermain
Pembelajaran	: 5

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetisi Inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang di anutnya.
- 2.Menunjukkan perilaku jujur ,displin,tanggungjawab,santun,peduli dan percaya dalam berinteraksi dengan keluarga,teman,dan guru.
- 3.Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar,melihat,membaca]dan menannya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya dan benda-benda yang dijumpainya dirumah,dan disekolah .
- 4.Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia .

Kompetensi Dasar :

- 1.1.Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai .
- 2.1. Menunjukkan kerjasama ,percaya diri,dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan .
- 3.1. Mengetahui konsep gerak variasi pola gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional .
- 4.1. Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

INDIKATOR :

- 1.1.1 mensyukuri nikmat tubuh dari dari anugerah Tuhan
- 2.1.1 menunjukkan kerjasama ,percaya diri dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.1.2 mengetahui konsep gerak variasi pola gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.1.2 mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

A. Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Yuhan

2. Menunjukkan kerjasama, percaya diri dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan .
3. Mengetahui konsep gerak variasi pola gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional .
4. Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

B. Materi ajar (materi pokok) :

- Variasi pola gerak dasar lokomotor : -Berjalan maju dan mundur
-Berjalan cepat bolak balik
-Berjalan jongkok

C. Metode Pembelajaran :

- Demontrasi
- Penugasan
- Tanya jawab

D. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

NO	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) X X X X X X X X X X X X X X O	<p>Dengan Langkah-langkah sebagai berikut :</p> <p>a.Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah yang ikut dalam pembelajaran c.Berdo'a d.Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan yang tidak masuk</p> <p>Apersepsi :</p> <p>a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “ Masuk ke lingkaran ” : Dilapangan telah disediakan tiga lingkaran besar yang diberi nomor 1,2 dan 3 .Para siswa berada dilapangan tetapi harus di luar lingkaran .Pada aba-aba “satu” para siswa melompat-lompat masuk kedalam lingkaran satu.Pada aba-aba “dua” para siswa berlari-lari masuk ke dalam lingkaran dua .Pada aba-aba “tiga” para siswa berjalan cepat masuk ke dalam lingkaran tiga .Aba-aba dari pak Guru dapat di selang-seling.</p>

2	<p>Kegiatan inti (45menit)</p>	<p>Guru menjelaskan materi ,contoh gerak berpindah tempat : berjalan maju dan mundur ,berjalan cepat bolak-balik,berjalan jongkok dengan benar .</p> <p>1.Siswa mengamati gambar berjalan maju dan mundur ,jalan cepat dan berjalan jongkok</p> <p>2.Siswa menanya hasil pengamatan gambar berjalan maju ,mundur ,jalan cepat dan berjalan jonngkok</p> <p>3.Siswa mencoba gerakan berjalan maju,mundur jalan cepat dan berjalan jongkok yang telah di amatinya semampunya</p> <p>4.Siswa mengasosiasikan/melaksanakan gerakan berjalan</p> <p>5.Siswa mengkomunikasikan gerakan berjalan variasi dengan siswa lainnya dan guru</p> <p>Sikap awal berjalan jongkok Berjalan berjongkok menuju garis finish Setelah sampai digaris finish berjalan berjongkok ke garis star. Mulailah berlatih berjalan dengan benar</p>
3	<p>Penutup (10menit)</p> <p>0 0 0 0 0 0 X X X X X X 0 0 0 0 0 0 X X X X X X O X</p>	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf -Siswa bernyanyi “Disini senang disana senang” -Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru memberi tugas pada siswa untuk mengulang pelajaran berjalan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa penghormatan

E. Sarana dan Prasarana dan sumber belajar :

1. Alat : kun/corong,Rafia/kapur gamping
 ,Peluit
2. Fasilitas : Halaman sekolah
3. Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014 Tema 1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

F. Penilaian :

Bentuk intrumen penilaian

a. Penilaian spiritual

NO	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1	Ketenangan dalam berdo'a		
2	Membaca dengan kitmat		

b. Penilaian afektif/sikap

NO	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			
4	sportivitas			

c. Penilaian koqnitif/pengetahuan

NO	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan maju		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan mundur		
3	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan cepat bolak-balik		
4	Siswa dapat menjelaskan gerakan berjalan jongkok		

D.Penilaian ketrampilan

NO	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan berjalan maju			
2	Gerakan berjalan mundur			
3	Gerakan berjalan cepat bolak-balik			
4	Gerakan berjalan jongkok			

Yogyakarta ,30 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd

NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo

NIM.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN [RPP]

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD N Demangan
Kelas/Semester	: 2b / 1
Tema/subtema	: Hidup rukun / 2 .Hidup rukun dengan teman bermain
Pembelajaran	: 2

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetisi Inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang di anutnya.
- 2.Menunjukkan perilaku jujur ,displin,tanggungjawab,santun,peduli dan percaya dalam berinteraksi dengan keluarga,teman,dan guru.
- 3.Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar,melihat,membaca]dan menannya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya dan benda-benda yang dijumpainya dirumah,dan disekolah .
- 4.Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia .

Kompetensi Dasar :

- 1.1.Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai .
- 2.1. Menunjukkan kerjasama ,percaya diri,dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan .
- 3.3.Mengetahui konsep gerak variasi pola gerak dasar manipulative dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional .
- 4.3.Mempraktikkan variasi pola gerak dasar manipulative yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional

INDIKATOR :

- 1.1.1 mensyukuri nikmat tubuh dari dari anugerah Tuhan
- 2.1.1 menunjukkan kerjasama ,percaya diri dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan
- 3.3.1 mengidentifikasi pola gerakan manipulative dalam berbagai bentuk permainan
- 4.3.1 melakukan pola gerakan dasar manipulative dalam berbagai bentuk permainan

A. Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

- 1.Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan

2. Menunjukkan kerjasama ,percaya diri dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan .
3. Mengidentifikasi pola gerakan manipulative dalam berbagai bentuk permainan .
4. Melakukan pola gerakan manipulative dalam berbagai bentuk permainan .I

B. Materi ajar (materi pokok) :

- Variasi pola gerak dasar manipulative :

- Bermain melempar bola
- Bermain menangkap bola
- Bermain meniru hewan berjalan

C.Metode Pembelajaran :

- Demontrasi
- Penugasan
- Tanya jawab

D.LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

NO	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) X X X X X X X X X X X X X X O	<p>Dengan Langkah-langkah sebagai berikut :</p> <p>a.Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf</p> <p>b.Berhitung berapa jumlah yang ikut dalam pembelajaran</p> <p>c.Berdo'a</p> <p>d.Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan yang tidak masuk</p> <p>Apersepsi :</p> <p>a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan</p> <p>b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran</p> <p>c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “ Ular Naga ” :</p> <p>Ular naga panjangnya Bukan kepalang Menjalar-jalar selalu kian kemari Umpam yang lezat ,itulah yang dicari Ini dianya yang terbelakang</p> <p>Dilapangan telah disediakan Para siswa berada dilapangan dibagi menjadi dua kelompok dan tiap-tiap kelompok dalam lingkaran besar dan bermain ular naga panjang bergerak berjalan seperti ular bergerak dua anak sebagai</p>

		<p>penjaga/penangkap yang paling belakang di akhir lagu . bergerak dan berjalan sambil bernyanyi demikian seterusnya dalam permainan .guru mengakhiri dengan meniup peluit .</p>
2	Kegiatan inti (45menit)	<p>Guru menjelaskan materi ,contoh gerak dasar manipulative : bermain melempar bola ,menangkap bola dengan benar .</p> <p>1.Siswa mengamati gambar bermain melempar bola ,menangkap bola .</p> <p>2.Siswa menanya hasil pengamatan gambar berbermain melempar bola ,menangkap bola .</p> <p>3.Siswa mencoba gerakan bermain dalam kelompok melempar bola ,menangkap bola semampunya</p> <p>4.Siswa mengasosiasikan/melaksanakan gerakan dalam bermain melempar bola,menangkap bola</p> <p>5.Siswa mengkomunikasikan gerakan bermain dalam kelompok melempar bola menangkap bola dengan siswa lainnya dan guru</p> <p>6.Siswa melakukan gerakan manipulative :</p> <ul style="list-style-type: none"> a.melempar bola b.menangkap bola c. bermain dalam kelompok kecil formasi lingkaran lempar tangkap bola <p>Mulailah berlatih lempar tangkap bola dengan benar</p>
3	Penutup (10menit)	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf -Siswa bernyanyi "Naik-naik kepuncak gunung "

	0 0 0 0 0 0 X X X X X X 0 0 0 0 0 0 X X X X X X O X	<ul style="list-style-type: none"> -Guru menyimpulkan materi yang di ajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan -Guru member tugas pada siswa untuk mengulang pelajaran berjalan dirumah -Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa penghormatan
--	--	--

E. Sarana dan Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : Bola kecil/plastic, kun/corong,Peluit
- 2.Fasilitas : Halaman sekolah
- 3.Sumber belajar : Buku Guru /Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014 Tema 1 Hidup rukun SD/MI kelas 2 ISBN 978-602-282-164-9

F.Penilaian :

Bentuk intrumen penilaian

a.Penilaian spiritual

NO	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1	Ketenangan dalam berdo'a		
2	Membaca dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap

NO	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Kerjasama			
3	Percaya diri			
4	sportivitas			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan

NO	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1	Siswa dapat menjelaskan gerakan melempar bola		
2	Siswa dapat menjelaskan gerakan menangkap bola		
3	Siswa dapat menjelaskan gerakan bermain lempar tangkap bola dalam kelompok		

D.Penilaian ketrampilan

NO	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan lempar bola kecil /plastic			
2	Gerakan tangkap bola kecil /plastic			
3	Gerakan bermain lempar tangkap bola kecil/plastic dalam kelompok			

Yogyakarta ,23 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd

NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo

NIM.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	:	Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	:	SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	:	IVa / I
Tema/subtema	:	Indahnya Kebersamaan /3.Bersyukur atas keberagaman
Pembelajaran	:	5
Waktu	:	4 x 35 menit

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
- 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
- 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.2. Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1. Menunjukkan kerjasama,percaya diri,dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas dalam bentuk permainan
- 3.9 Memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh
- 4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor ,non lokomotor , dan manipulative dalam permainan bola kecil yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil .

Indikator : 1.1.1 mensyukuri nikmat tubuh dari Tuhan

- 2.1.1 menunjukkan kerjasama, percaya diri,dan berani dalam aktivitas bermain

- 3.9.1 memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
- 4.2.1 mendemonstrasikan ketrampilan memukul ,melempar,dan menangkap bola ,serta ketrampilan berlari dalam permainan kasti
- .

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

1. Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2 .Menunjukkan kerjasama,percaya diri,dan berani dalam aktivitas permainan
- 3 memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
4. mendemonstrasikan ketrampilan memukul ,melempar,dan menangkap bola ,serta ketrampilan berlari dalam permainan kasti .

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor,non lokomotor dan manipulative dalam permainan bola kecil : - melempar dan menangkap bola

C.Metode Pembelajaran :

: - demonstrasi
- Latihan/Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O X XXX XXXX XX X X X	<p>Dengan langkah-langkah sebagai berikut :</p> <p>a.siswa diberikan menjadi dua bersaf</p> <p>b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran</p> <p>c.Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen</p> <p>Apersepsi :</p> <p>a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan</p> <p>b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran</p> <p>c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan :</p> <p>“membebaskan tawanan” cara bermainnya : guru menunjuk dua anak sebagai penjaga dan tiga anak sebagai tentara ,penjaga menempati garis akhir ,sedangkan tentara menempati ruang A ,anak-anak lain berada di ruang B sebagai tawanan .Setelah mendengar aba-aba siap ya’ dari guru tiga tentara berusaha melewati garis batas masuk ke ruang B ,apabila tentara berhasil masuk ke ruang B dengan selamat maka salah seorang tawanan jadi tentara ,tetapi sebaliknya apabila tentara masuk ke ruang B tersentuh penjaga (tidak selamat) maka tentara menjadi tawanan,demikian permainan berjalan beberapa lama diadakan pergantian antar pemain sebagai penjaga,tentara atau tawanan</p>

2	Kegiatan Inti 100 menit	1.Guru menjelaskan materi ,contoh jalannya permainan kecil bola kasti 2.Siswa mengamati gambar permainan anak sedang bermain kasti dilapangan yang ditunjukkan oleh guru . 3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan melempar bola lambung,melempar bola mendatar, melempar bola rendah, menangkap bola datar,melengkung, dan bola rata tanah 4.Siswa mencoba gerakan menangkap dan melempar bola 5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerak melempar dan menangkap bola dengan benar 6.Siswa mengkomunikasikan gerakan /cara melempar dan menangkap bola dengan siswa lainnya dan guru. 7.Siswa melakukan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotot dan non lokomotor ,manipulative dalam permainan bola kecil/permaianan kasti. Mulailah untuk berlatih dengan sungguh-sungguh bersama teman yang lain
3	Penutup 10 menit xxxxxx xxxxxx o	Pendinginan : - Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf - Siswa bernyanyi Sayo Nara - Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan - Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa penghormatan

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : bola tenis/cun,pemukul,peluit,
- 2.Fasilitas : Lapangan
- 3,Sumber belajar : Buku Guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
Tema 1Indahnya Kebersamaan SD/MI kelas 4 ISBN 978-602-282-146-5

F.Penilaian :

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Sportivitas			
3	Kerjasama			
4	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan bermain kasti		
2.	Siswa dapat menjelaskan cara melempar bola lambung		
3.	Siswa dapat menjelaskan cara melempar bola mendatar		
4.	Siswa dapat menjelaskan cara menangkap bola datar		
5.	Siswa dapat menjelaskan cara menangkap bola lengkung		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan melempar bola lambung			
2	Gerakan melempar bola mendatar			
3	Gerakan menangkap bola datar			
4	Gerakan menangkap bola lengkung			
5	Bermain kasti			

Yogyakarta , 5 September 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono SP.d
NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
NIM.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	: SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	: IV / I
Tema/subtema	: Indahnya Kebersamaan /1.Keberagaman Budaya Bangsaku
Pembelajaran	: 3
Waktu	: 4 x 35 menit

Ketrampilan yang ingin dilakukan :

- 1.Ketrampilan membuka pelajaran
- 2.Ketrampilan memberi penjelasan
- 3.Ketrampilan memberi penguatan
- 4.Ketrampilan menutup pelajaran

Kompetensi inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
- 3.Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
- 4.Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1. Menunjukkan kerjasama,percaya diri,dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas dalam bentuk permainan
- 3.9 Memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh
- 4.3 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional .

- Indikator : 1.1.1 mensyukuri nikmat tubuh dari Tuhan
- 2.1.1 menunjukkan kerjasama, percaya diri,dan berani dalam aktivitas bermain

- 3.9.1 memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
- 4.3.1 mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional .

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

1. Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
- 2 .Menunjukkan kerjasama,percaya diri,dan berani dalam aktivitas permainan
- 3 memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
4. mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional .

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Kombinasi pola gerak dasar lokomotor : - jalan cepat dan lari
- Bermain gobak sodor

C.Metode Pembelajaran

- : - demonstrasi
- Latihan/Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	Dengan langkah-langkah sebagai berikut : a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c.Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen Apersepsi : a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “Permainan kucing dan tikus ”cara bermainnya : guru menunjuk dua anak sebagai pemain kucing dan tikus sedang anak yang lain membuat lingkaran besar dengan bergandengan tangan ,anak yang menjadi tikus berada didalam lingkaran sedang kucing berada diluar lingkaran ,setelah ada aba-aba peluit dari guru permainan dimulai kucing berusaha untuk mengejar tikus ,demikian permainan jika sudah tertangkap bergantian dengan teman yang lain .

	Kegiatan Inti 100 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh jalannya permainan gobak sodor</p> <p>2.Siswa mengamati gambar permainan gobak sodor dilapangan yang ditunjukkan oleh guru .</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan jalan cepat,berlari dalam permainan gobak sodor</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan berjalan cepat ,lari pelan ,lari cepat dalam permainan gobak sodor</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerak berjalan cepat , lari pelan , lari cepat dalam permainan gobak sodor</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan /cara berjalan cepat , lari pelan , lari cepat dalam permainan gobak sodor dengan siswa lainnya dan guru.</p> <p>7.Siswa melakukan permainan gobak sodor ,siswa dibagi dalam empat kelompok bermain</p> <p>Mulailah untuk berlatih dengan sungguh-sungguh bersama teman yang lain</p>
2	Penutup 10 menit xxxxxx xxxxxx o	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf - Siswa bernyanyi “ Gundol-gundol pacol “ - Guru menyimpulkan materi yang diajarkan - Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan - Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa penghormatan
3		

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : cun, kapur gamping,peluit,
- 2.Fasilitas : Lapangan
- 3,Sumber belajar : Buku Guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
Tema 1Indahnya Kebersamaan SD/MI kelas 4 ISBN 978-602-282-146-5

F. Penilaian ;

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Sportivitas			
3	Kerjasama			
4	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan bermain gobak sodor		
2.	Siswa dapat menjelaskan cara berjalan cepat		
3.	Siswa dapat menjelaskan cara berlari pelan		
4.	Siswa dapat menjelaskan cara berlari cepat		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan dalam permainan gobak sodor			
2	Gerakan jalan cepat			
3	Gerakan lari pelan			
4	Gerakan lari cepat			

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 15 Agusrus 2014

Mahasiswa

Margiyono SP.d
NIP.197009292000031005Akhid Wibowo
NIM.13604227101

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Mata pelajaran	:	Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
Sekolah	:	SD Negeri Demangan
Kelas/ semester	:	IVb / I
Tema/subtema	:	Indahnya Kebersamaan /2.Kebersamaan dalam Keberagaman
Pembelajaran	:	1
Waktu	:	4 x 35 menit

Kompetensi inti :

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur .disiplin,tanggungjawab,santun,peduli,percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga ,teman,tetangga dan guru
3. Memahami pengetahuan factual dengan cara mengamati dan mencoba (mendengar,melihat,membaca) serta menanya berdasarkan rasa ingin tahu secara kritis tentang dirinya ,makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya ,dan benda-benda yang dijumpainya dirumah ,sekolah dan tempat bermain
4. Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas dan logis, sistematis,dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1. Menunjukkan kerjasama,percaya diri,dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas dalam bentuk permainan
- 3.9 Memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh
- 4.3 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional .

- Indikator :
- 1.1.1 mensyukuri nikmat tubuh dari Tuhan
 - 2.1.1 menunjukkan kerjasama, percaya diri,dan berani dalam aktivitas bermain
 - 3.9.1 memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
 - 4.3.1 mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional (engklek)

A.Tujuan Pembelajaran :

Setelah menerima penjelasan dan contoh gerakan dari guru siswa dapat :

1. Mensyukuri nikmat tubuh dari anugerah Tuhan
2. Menunjukkan kerjasama, percaya diri, dan berani dalam aktivitas permainan
3. memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh .
4. mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional .

B.Materi ajar (materi pokok) :

- Kombinasi pola gerak dasar lokomotor : - jalan dan lompat, ingkling
- Bermain engklek

C.Metode Pembelajaran :

- demonstrasi
- Latihan/Penugasan
- Tanya jawab

D.Langkah-Langkah Pembelajaran :

No	Kegiatan	Diskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 menit) XXXXX XXXXX O	Dengan langkah-langkah sebagai berikut : a.siswa ditarikkan menjadi dua bersaf b.Berhitung berapa jumlah siswa yang ikut dalam pembelajaran c.Presensi (mengecek kehadiran siswa) siapa saja yang masuk dan siapa yang absen Apersepsi : a.Guru menjelaskan materi pelajaran yang akan diajarkan b.Guru menjelaskan tujuan dari pembelajaran c.Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan permainan : “Permainan darat,laut dan udara ”cara bermainnya : Bentuklah dua kelompok .Buatlah sebuah garis pembatas untuk memisahkan dua kelompok .Pilih satu pemain sebagai pemimpin . 1.Pemimpin akan berteriak “darat,” laut,atau udara “ 2.Kata darat berarti semua pemain melompat ke kanan . 3.Kata “ Laut”berarti semua pemain melompat kekiri . 4.Kata “Udara” berarti semua pemain harus melompat ke atas . 5.Jika ‘darat atau “laut “disebutkan dua kali secara berurutan ,maka semua pemain harus diam pada perintah kedua . 6.Jika “udara “ disebutkan dua kali secara berurutan maka semua pemain harus melompat dua kali pada perintah kedua . 7.Pemain yang menyentuh garis atau yang membuat kesalahan keluar dari permainan . 8.Pemain berakhir yang tersisa adalah pemenangnya .Ia akan menjadi pemimpin dalam permainan berikutnya .

	Kegiatan Inti 100 menit	<p>1.Guru menjelaskan materi ,contoh jalannya permainan engklek</p> <p>2.Siswa mengamati gambar permainan engklek dilapangan yang ditunjukkan oleh guru .</p> <p>3.Siswa menanya hasil pengamatan gerakan jalan ,melompat dan ingkling dalam permainan engklek</p> <p>4.Siswa mencoba gerakan berjalan ,melompat ,ingkling dalam permainan engklek</p> <p>5.Siswa mengasosiasikan /melaksanakan gerak berjalan , melompat , ingkling dalam permainan engklek</p> <p>6.Siswa mengkomunikasikan gerakan /cara berjalan , melompat , ingkling dalam permainan engklek dengan siswa lainnya dan guru.</p> <p>7.Siswa melakukan permainan engklek ,siswa dibagi dalam dua sampai lima peserta ,kelompok bermain</p> <p>Mulailah untuk berlatih dengan sungguh-sungguh bersama teman yang lain</p>
2	Penutup 10 menit xxxxxx xxxxxx o	<p>Pendinginan :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa ditarikkan menjadi dua bersaf - Siswa bernyanyi “ Gundol-gundol pacol “ - Guru menyimpulkan materi yang diajarkan -Guru melakukan evaluasi pembelajaran yang telah dilakukan - Dan diakhiri dengan do'a syukur ,siswa dibubarkan tanpa penghormatan
3		

E.Sarana Prasarana dan sumber belajar :

- 1.Alat : cun, kapur gamping,gacok,bingkai /kereweng ,peluit
- 2.Fasilitas : Lapangan / halaman
- 3,Sumber belajar : Buku Guru/Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2014
Tema 1Indahnya Kebersamaan SD/MI kelas 4 ISBN 978-602-282-146-5

F.Penilaian ;

Bentuk instrument penilaian

a.Penilaian spiritual

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Ketenangan dalam berdo'a		
2.	Membaca do'a dengan kitmat		

b.Penilaian afektif/sikap .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Disiplin			
2	Sportivitas			
3	Kerjasama			
4	Percaya diri			

c.Penilaian koqnitif/pengetahuan

No	Indikator	Kriteria Penilaian	
		Ya	Tidak
1.	Siswa dapat menjelaskan bermain engklek		
2.	Siswa dapat menjelaskan cara berjalan		
3.	Siswa dapat menjelaskan cara melompat		
4.	Siswa dapat menjelaskan cara ingkling		

d.Penilaian ketrampilan .

No	Indikator	Kriteria Penilaian		
		Kurang 1	Cukup 2	Baik 3
1	Gerakan dalam permainan engklek			
2	Gerakan jalan			
3	Gerakan melompat			
4	Gerakan ingkling			

Yogyakarta ,22 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Margiyono S.Pd
NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
NIM.13604227101









19/07/2014 18:10



19/07/2014 16:37



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL INDIVIDU
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2014

NAMA SEKOLAH	: SDN Demangan Yogyakarta : Jl. Munggur no.38	NAMA MAHASISWA	: Akhid Wibowo
ALAMAT SEKOLAH	Yogyakarta	NIM	: 13604227101
FAK./JUR.	: FIK/PGSD Penjas PKS	DOSEN PEMBIMBING	: A M Bandi Utomo, M.Pd
GURU PEMBIMBING	: Margiyono S.Pd.		

NO	Program/Kegiatan	Jumlah Jam per Minggu												Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	
1	Penyerahan Mahasiswa PPL													
	a. Persiapan													
	b. Pelaksanaan	2												2
	c. Evaluasi													
2	Konsultasi guru pembimbing													
	a. Persiapan													
	b. Pelaksanaan		2	3			3			3		3		14
	c. Evaluasi			2	2			2			2		2	

	Konsultasi dengan DPL PPL														
3	a. Persiapan				1				1						2
	b. Pelaksanaan				2				3						5
	c. Evaluasi				2				2						4
4	Observasi Sekolah														
	a. Persiapan	1						1				1			3
	b. Pelaksanaan	3						3				3			9
5	c. Evaluasi	2						2				2			6
5	Membantu Menata Ruang Alat Olah Raga dan Kantor Guru														
	a. Persiapan			1		1									2
	b. Pelaksanaan			3		3		3							9
6	c. Evaluasi			1		1		1							3
6	Latihan Baris Berbaris atau Latihan Upacara bendera														
	a. Persiapan														
	b. Pelaksanaan						2		2		2				6
7	c. Evaluasi						1		1		1				3
7	Pesantren Kilat (Buka bersama)														
	a. Persiapan				2										2
	b. Pelaksanaan				6										6
8	c. Evaluasi			2											2
8	Mencari bahan untuk mengajar														
	a. Persiapan				1			1		1		1			4
	b. Pelaksanaan				2	2	2	2		2		2			12

	c. Evaluasi			1	1	1	1		1		1			6
9	Pembuatan media pembelajaran													
	a. Persiapan						1			1	1	1		4
	b. Pelaksanaan						2	2	2	2	2	2		12
	c. Evaluasi						1	1	1	1	1	1		6
10	Pembuatan RPP													
	a. Persiapan				1	1	1	1	1	1				6
	b. Pelaksanaan				4	4	4	4	4	4				24
	c. Evaluasi				1	1	1	1	1	1				6
11	Mengajar kelas 1A													
	a. Persiapan									1	1			2
	b. Pelaksanaan									2	2			4
	c. Evaluasi									2	2			4
12	Mengajar kelas 2A													
	a. Persiapan						1			1				2
	b. Pelaksanaan						2			2				4
	c. Evaluasi						2			2				4
13	Mengajar kelas 1B													
	a. Persiapan							1			1			2
	b. Pelaksanaan							2			2			4
	c. Evaluasi							2			2			4
14	Mengajar kelas 2B													
	a. Persiapan					1			1					2
	b. Pelaksanaan					2			2					4
	c. Evaluasi					2			2					4

	Mengajar kelas 4A												
15	a. Persiapan						1			1			2
	b. Pelaksanaan						4			4			8
	c. Evaluasi						2			2			4
16	Mengajar kelas 4B												
	a. Persiapan							1					1
	b. Pelaksanaan							4					4
17	c. Evaluasi							2					2
	Pengecatan pagar,pintu Mushola												
	a. Persiapan			1	1								2
18	b. Pelaksanaan			3	3								6
	c. Evaluasi			1									1
	Penyusunan Laporan PPL												
	a. Persiapan										2		2
	b. Pelaksanaan							3	3	3	3	3	15
	c. Evaluasi dan tindak lanjut									2	2		4
	JUMLAH SELURUH JAM	8	4	24	19	23	27	31	37	28	26	27	5
													259

Yogyakarta , 21 Juli 2014

Mengetahui,
Dosen Pembibing Lapangan,

Guru
Pembimbing

Mahasiswa,

A M Bandi Utomo M.Pd
NIP. 196004101989031002

Margiyono S.Pd
NIP.197009292000031005

Akhid Wibowo
NIM.13604227101

