

LAPORAN
PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SEKOLAH DASAR NEGERI DELEGAN 2
PRAMBANAN



OLEH
DANANG PRASETYO NUGROHO
11604221022

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014/2015

HALAMAN PENGESAHAN

PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SEKOLAH DASAR NEGERI DELEGAN 2
PRAMBANAN

OLEH
DANANG PRASETYO NUGROHO
11604221022

Mengetahui
Dosen Pembimbing

Prambanan, September 2014
Guru Pembimbing

A Erlina Listiyarini, M.Pd
NIP. 19601219 198803 2 001

BimaAndiansyah

Kepala Sekolah
SD Negeri Delegan 2

Tugiran, S.Ag
NIP. 19610610 198403 1 015

HALAMAN PENGESAHAN

PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SEKOLAH DASAR NEGERI DELEGAN 2
PRAMBANAN

OLEH
DANANG PRASETYO NUGROHO
11604221022

Mengetahui
Dosen Pembimbing



A Erlina Listiyarini, M.Pd
NIP. 19601219 198803 2 001

Prambanan, September 2014

Guru Pembimbing



Bima Andiansyah

Kepala Sekolah
SD Negeri Delegan 2



Tugiran, S.Ag
NIP. 19610610 198403 1 015

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SD Negeri Delegan 2 dengan baik, sampai akhirnya dapat menyelesaikan penyusunan laporan ini. Laporan PPL disusun sebagai salah satu syarat kelulusan untuk mata kuliah PPL yang dilaksanakan mulai tanggal 2 Juli 2014 sampai dengan 17 September 2014. Laporan PPL ini disusun untuk memberikan gambaran secara lengkap mengenai seluruh rangkaian kegiatan PPL yang

Selama melaksanakan PPL ini, penulis dapat memperoleh ilmu dan pengetahuan mengajar. Penulis juga menyadari bahwa tidak ada yang dapat terlaksana dengan lancar. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, penyusun mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Allah SWT.
2. Segenap pimpinan UPPL dan LPPM yang telah menyelenggarakan PPL 2014, atas bekal yang diberikan sebelum pelaksanaan PPL.
3. Bapak Sriawan, M.Kes., selaku Kaprodi PGSD Penjas
4. Ibu Erlina Listiyarini, M.Pd selaku dosen pembimbing lapangan yang telah banyak membimbing penulis dalam melaksanakan kegiatan praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
5. Bapak Tugiran, S.Ag. selaku kepala sekolah SD Negeri Delegan 2 yang telah mendukung pelaksanaan program PPL.
6. Bapak Bima Andiansyah selaku guru pembimbing PPL yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada kami dalam setiap kesempatan selama PPL di SD Negeri Delegan 2.

7. Bapak/Ibu Guru SD Negeri Delegan 2 yang telah dengan baik hati memberikan bimbingan dan informasi dalam pelaksanaan PPL di SD Negeri Delegan 2.
8. Siswa-siswi SD Negeri Delegan 2 yang telah membantu selama pelaksanaan PPL berlangsung.
9. Teman-teman Tim PPL SD Negeri Delegan 2 yang sama-sama berjuang saling memberikan semangat dan dorongan.
10. Teman-teman seperjuangan PPL UNY 2014, khususnya teman-teman PGSD Pendidikan Jasmani 2011.
11. Semua pihak yang telah membantu dan berpartisipasi demi kelancaran pelaksanaan PPL di SD Negeri Delegan 2 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penyusun menyadari dan harus diakui pula bahwa laporan PPL ini masih sangat jauh dari sempurna, karena bekal kemampuan yang ada pada diri penyusun masih jauh untuk menyusun suatu laporan yang bermutu, maka dari itu penyusun mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semuanya untuk lebih sempurnanya laporan ini. Penulis berharap semoga hasil laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Prambanan, September 2014

Penyusun

ABSTRAK

PraktekPengalamanLapangandilaksanakandaritanggal2Juli 2014sampaidengantanggal 17 September 2014.Mengenaipelaksanaan PPL dalambidangsekolahmakauntukmahasiswauntukbidangstudi PGSDPenjasmelaksanakan PPL di SD yang sesuaibidangny.Sesuaidenganhalamanjudul, bahwalaporanPraktekPengalamanLapangandilaksanakan di SD NegeriDelegan 2.Sekolahinimilikiletak yang srategisdanmemilikipotensitersendiri.

Potensi yang dimilikisalahsatunyaadalahsiswa-siswi yang begitubersemangatdalammengikutipembelajaran.Makatugasmahasiswa PGSD Penjaldi siniadalahmenggalipotensitersebutdanmempraktikkanilmu yang telahditerimanyadikampus.Ilmunya yang telahdipraktikkanmahasiswa PGSDPenjasadalahkegiatanmengajar yang jugadisebutpraktikpengajaranlapangan (PPL).

Tujuanutamadaripelaksanaan PPL adalah 1.Menyiapkandanmenghasilkancalon gurupenjassekolahdasar yang memilikinilai, sikap, kepribadian, pengetahuandanketerampilan professional, 2.Mengintegrasikandanmengimplementasikanilmu yang telahdikuasaikedalampraktikkeguruan, latihanuntukmemasukikehidupannyatabagiparacalonpendidik yang padahakikatnyasekolahmerupakandunainyasetekahlulusperguruantinggi.

Hasilpelaksanaan PPL yang kami lakukanpadaumumnyasemua program yang direncanakanberjalandenganbaik, lancardanmenerapkansemuakompetensi yang dibutuhkansebagiacalon guru pendidikanjasmani yang professional, sertamempunyaikesadarantugasdantanggungjawabnyasebagaitenagapendidik yang mengabdikandiriuntukNegeriini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
ABSTRAK.....	vi

BAB I. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi.....	1
B. Data siswa SD Negeri Delegan 2.....	2
C. Guru dan Tenaga Administrasi.....	9
D. Kurikulum.....	10
E. Fasilitas.....	10
F. Observasi Alat Pembelajaran Penjas.....	11
G. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan.....	12

BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan.....	14
B. Pelaksanaan PPL.....	15
C. Analisis Hasil Pelaksanaan.....	17

BAB III. PENUTUP

A. Kesimpulan.....	19
B. Saran.....	19

DAFTAR PUSTAKA	21
----------------------	----

LAMPIRAN

ABSTRAK

Praktek Pengalaman Lapangan dilaksanakan dari tanggal 2 Juli 2014 sampai dengan tanggal 17 September 2014. Mengenai pelaksanaan PPL dalam bidang sekolah maka untuk mahasiswa untuk bidang studi PGSD Penjas melaksanakan PPL di SD yang sesuai bidangnya. Sesuai dengan halaman judul, bahwa laporan Praktek Pengalaman Lapangan dilaksanakan di SD Negeri Delegan 2. Sekolah ini memiliki letak yang strategis dan memiliki potensi tersendiri.

Potensi yang dimiliki salah satunya adalah siswa-siswi yang begitu bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Maka tugas mahasiswa PGSD Penjas di sini adalah menggali potensi tersebut dan mempraktikkan ilmu yang telah diterimanya di kampus. Ilmu yang telah dipraktikkan mahasiswa PGSD Penjas adalah kegiatan mengajar yang juga disebut praktik pengajaran lapangan (PPL).

Tujuan utama dari pelaksanaan PPL adalah 1. Menyiapkan dan menghasilkan calon guru penjas sekolah dasar yang memiliki nilai, sikap, kepribadian, pengetahuan dan keterampilan profesional, 2. Mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasai kedalam praktik keguruan, latihan untuk memasuki kehidupan nyata bagi para calon pendidik yang pada hakikatnya sekolah merupakan dunia nyata setelah lulus perguruan tinggi.

Hasil pelaksanaan PPL yang kami lakukan pada umumnya semua program yang direncanakan berjalan dengan baik, lancar dan menerapkan semua kompetensi yang dibutuhkan sebagai calon guru pendidikan jasmani yang profesional, serta mempunyai kesadaran tugas dan tanggung jawabnya sebagai tenaga pendidik yang mengabdikan diri untuk Negeri ini.

DAFTAR LAMPIRAN

- A. Matrik Program Kerja PPL**
- B. Catatan Harian**
- C. Dokumentasi Kegiatan**

BAB I

PENDAHULUAN

Untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) mengadakan program PPL. Kegiatan PPL ini salah satunya dilaksanakan di SDN Delegan 2 yang diawali dengan kegiatan observasi, diskusi antara mahasiswa dengan pihak sekolah, konsultasi program kerja, pelaksanaan program dan pembuatan laporan.

Program PPL diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan, mempersiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan profesional, memantapkan kemitraan UNY dengan pihak sekolah atau lembaga pendidikan serta mengkaji dan mengembangkan praktek keguruan dan kependidikan.

A. Analisis Situasi

Sekolah Dasar Negeri Delegan 2 merupakan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di desa Dinginan Sumberharjo Prambanan Sleman Yogyakarta. SD Negeri Delegan 2 ini berdiri tahun 1983 dengan status akreditasi A pada tahun 2012. Bangunan sekolah ini mengalami renovasi pada tahun 2007 karena adanya bencana gempa bumi. Sekolah ini mengalami kerusakan yang sangat parah. Pada tahun 2007 sekolah SD Delegan 2 dibangun kembali dengan dana dari PT Total dengan luas tanah yaitu 2100 m² dengan luas bangunan sekolah seluas 220 m².

Bangunan SD Negeri Delegan 2 terdiri dari dua lantai dengan fasilitas yang menunjang yang terdiri dari 6 ruang kelas, 1 kantor ruang guru, ruang kepala sekolah serta ruang tamu, toilet, koperasi dan kantin sekolah, dapur sekolah, ruang karawitan, perpustakaan, mushola, laboratorium komputer dan UKS.

Di lantai atas terdapat ruang kelas III dan ruang kelas IV, serta toilet. Sedangkan di lantai bawah terdapat ruang kelas I, ruang kelas II, ruang kelas V, ruang kelas VI, ruang perpustakaan, toilet, mushola, dan laboratorium komputer

Toilet di lantai bawah terletak disamping kelas I dan V, kondisinya bagus namun jika sudah siang baunya pengap sehingga dapat mengganggu kenyamanan.

Ruangan Kepala Sekolah letaknya berdekatan dengan ruang guru dan administrasi. Pada ruangan kepala sekolah terdapat satu perangkat komputer, seperangkat meja kursi tamu, data-data sekolah, piala-piala kejuaran, jadwal kerja kepala sekolah, jadwal program kerja tahunan, dan rencana kegiatan sekolah tertempel pada dinding ruangan ini.

Interaksi guru dengan siswa, guru dengan guru maupun siswa dengan siswa terjalin dengan baik. Kapasitas siswa yang berjumlah 182 siswa serta didukung tenaga guru kelas sejumlah 5 orang. Terlebih lagi adanya guru olah raga, guru bahasa inggris serta guru agama yang dapat membantu mengoptimalkan potensi siswa. SDN Delegan 2 juga dilengkapi oleh 1 orang tata usaha, 1 orang tenaga perpustakaan, dan 1 orang penjaga sekolah.

B. DATA SISWA SDN DELEGAN 2 TAHUN AJARAN 2014/2015

Data siswa kelas I

NO	NAMA	L/P
1	YUNITA DIAH AYU P	P
2	CANDRA ADI NUGROHO	L
3	ROSIDAN WEDARYVANTO	L
4	NANDA AYU ERISA	P
5	SAHAL AHNAF LAHURI	L
6	AYUDYA NUR SHOLEHAH	P
7	ADELIA AGUSTINA P	P
8	RATNA AULIA SARI	P
9	RAYHAN NUR SEPTIAN	L
10	SEPTIA EMBUN ARUM R	P
11	ARIEL ACHMAD V	L
12	ANDHIKA ANGGASTA W	L

13	TALITA NAFISA	P
14	NATASYA ZAHRANI A	P
15	RAFI ISHAMUDIN	L
16	KAMILATUR ROB'IAH	P
17	CH. MIKE NURIA P	P
18	ALIFIA NUR ARISANTI	P
19	ELSA PRANATA SARI	P
20	VERLYKA AUDY G	P
21	AAN TRI PRABOWO	L
22	ANDIN FARADINA	P
23	ZHARO FATHONAH A	P
24	M. FALAH AKBAR M	L
25	RIANA DWI APRILIANI	P
26	ITSNAIN ADLI NUR R	L
27	ELMA ARIANI	P
28	FAIZ ELDY WARDANA	L

Data siswa kelas II

NO	NAMA	L/P
1	ALDIANSYAH	L
2	VEROL ALFANA	L
3	BAGUS FAJAR S	L
4	BAGUS TRI HIDAYAT	L
5	RAYA OCTA RAMADHANI	P
6	RIDWAN HANAFI	L
7	RAFI DWIYANTO	L
8	SATRIO SUKMA H	L
9	ZAHWA PUTRI LARISA	P
10	WIDA WULANDARI	L
11	YANTI PERTIWI	P

12	NUR RAHMAN FEBRIANTO	L
13	FALIS PURWA ANDIKA	L
14	KHOIRUNNISA	P
15	FEBRIANA DIAN P	L
16	SAFFIA AQILA R	P
17	MAULIDA NURAINI A	P
18	RIZCA DINI AMALYA	P
19	GHEA NUR AFNI	P
20	AL FATHIR AZIZTA Z	L
21	RIDHO FADHILA AS	L
22	BINA KURNIAWAN S	L
23	FACHRUR RIZQI K	L
24	ARKAN JUANDREW L	L
25	DIMAS SAPUTRA	L
26	AZIZAH NADINE A	P
27	M. SALMAN AL FARISI	L

Data siswa kelas III

NO	NAMA	L/P
1	HERU PRADANA	L
2	M. PANJI UTOMO	L
3	AHMAD MISBAHUSSURUR	L
4	NURUL AZIZAH	P
5	FAIZAL DIAN NUGROHO	L
6	RANGGA DIAN NUGROHO	L
7	AGHISTA NURRAHMAD M	L
8	MARATUS SHOLICHAH	P
9	RAHMALIA RATNA W	P
10	CITRA KURNIA DEWI	P
11	M. RAMDHAN K	L

12	MUTIARA ANANDRIA P	P
13	TIARA NUR W	P
14	DIMAS KURNIAWAN	L
15	ROSA INDI H	P
16	RUDI PRASETIYO	L
17	RINDA LARASATI	P
18	REGA LISTIANA F	P
19	RISDHKA ZEZAR A A	L
20	BIMA ADITYA PP	L
21	NABILA SAPUTRA	L
22	ALFI NUR HUSNAN	L
23	M. RIFKI ARDHESTA	L
24	RAFI SEPTIAN EKA P	L
25	FAHRI ARTANZA	L
26	HAFIDZOTUN NISA	P
27	SHERIA SYAHRANI	P
28	CLEOSADNA E S	P
29	TEGAR SAKA P	L

Data siswa kelas IV

NO	NAMA	L/P
1	AFI KURNIA PUTRA	L
2	SIVA YUNA SASMITA	P
3	DENOK SIDOWATI	P
4	WASSITO SISSARWONO	L
5	EVANNEO LAKSONO	L
6	WIDYA SAPUTRI	P
7	SEFIANA	P
8	WIDIASTUTI	P
9	ASIH RATNA MULIA	P

10	NAZLI ARDIANSYAH R	L
11	RIZAL ROMADHON	L
12	ADIT PURWANTO	L
13	INDAH SUCI R	P
14	AZZAHRA IKA N	P
15	SOFIYAN ZHANU PIMA U	L
16	ARYA BHARATA P W	L
17	M. ESA BACHTI	L
18	NABILA NUR IMANIE	P
19	DIMAS HIDAYATULLAH	L
20	ADNAN ELDY HUTOMO	L
21	M. IQBAL TAKYUDIN	L
22	OKY TRIYANTO	L
23	HERU BUDI SUTOMO	L
24	DESYANA PRAMESTI	P
25	AHMAD KHOIRUL Y	L
26	M. KHOIRUL IHSAAN	L
27	CAHYO SAPUTRA	L
28	MAUSSANDY ARSY S	P
29	DANIEL PUTRA W	L
30	WINDY BAHIRAH PS	P
31	DIMAS KEIVINE W	L

Data siswa kelas V

NO	NAMA	L/P
1	HENDRA DWI NUR P	L
2	RIZKY ZAKARIA	L
3	ALDION ARINALDI	L
4	ERWIN DWI S	L
5	JONI KURNIAWAN	L

6	ARDI SUNJAYA	L
7	ADI SAPUTRA	L
8	ANIS TRI ASTUTI	P
9	ARIF KURNIAWAN	L
10	REYHAN SETIAWAN	L
11	FERLIANA RATRI A	P
12	M. RIFQI SYABAN	L
13	PUTRIANA RAHMADANI	P
14	LINDA MYLEDHA	P
15	DENIO REGA R	L
16	TOFA EKA SETIAWAN	L
17	TEGAR VALENTINO R	L
18	ADNANDYA SALSA C	P
19	WILDAN YOGA K	L
20	NANDAR WIRA K	L
21	M. IRFAN FAJAR	L
22	GALIH HERVIANTO	L
23	RAYHANDI RIZKI P	L
24	RACHIMA LAZUARDINI	P
25	REVITA NUR S	P
26	KEISA SAODAH	P
27	IRFAN FAHRUDIN	L
28	ANNAFI TEGAR	L
29	MISBAHUL MUNIR	L
30	MAURA AULIA A	P
31	RASTI ERLINANDA	P
32	NURAINI AISYA P	P
33	AJI NASOKA W	L
34	CANDRA KIRANA	P

Data siswa kelas VI

NO	NAMA	L/P
1	DENDI SAPUTRA	L
2	RAHMAT DONI	L
3	RIZALDI PUTRA D	L
4	DEDI SETIAWAN	L
5	FEBRIYANI LESTARI	P
6	HASTO DWI WIBOWO	L
7	RIFALDI ARBI LASARO	L
8	ARYA FAJAR SAPUTRA	L
9	TRIA JEPTI W	P
10	ASHIAM NUR H	P
11	EVITA LAILA F	P
12	VALENTIA GODDES F	P
13	ISNAINI SAPUTRI	P
14	DESTIYA FITRI	P
15	DIRA NUR FITRIA	P
16	MARTHA CANDRA A	P
17	INDAH MAULIDINA S	P
18	MAHMUD BUDI P	L
19	AZ-ZAHRA AULIYA P	P
20	LILIS SHOLEKHAH	P
21	ARIZAL SATYA W	L
22	MUNA MAYHANA P	P
23	SABRINA JAYANTI S	P
24	NIDIA DARA PALUPI	P
25	M. ZULFAN ATSIR F	L
26	M. AHID FAIQUL M	L
27	AFIYANTO NUGROHO	L
28	ULIA KURNIA SARI	P

29	NATHANAEL LINTANG A	L
30	FAIZ IBNU PRANOWO	L
31	TIAN PUTRA MAHARDIKA	L
32	BAYU TRI HARYANTO	L
33	WAHYU RAHMAT F	L

C. GURU DAN TENAGA ADMINISTRASI

1. Kepala Sekolah

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1.	TUGIRAN, S.Ag	✓		19610610 198403 1 015

2. Guru Kelas

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	DEWI RETNOWATI,A.Ma		✓	19790326 200801 2 002
2	SITI ISTIQOMAH		✓	-
3	ENDANG SUSILAWATI,SPd.SD		✓	19680702 200604 2 005
4	MULYATI, S.Pd.SD		✓	19720505 199606 2 001
5	ANDREA BUDI NOVITA, S.Pd.SD		✓	19781110 200501 2 010

3. Guru Agama

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	AHMAD SAHAR,S.Pd.I	✓		19780614 200501 1 003
2	C. TITIN SUMARNI, S.Ag		✓	19620508 198202 2 005
3	BUDI YUDHANINGTYAS		✓	-

4. Guru Penjaskes

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	BIMA ANDIANSYAH	✓		-

5. Guru Bahasa Inggris

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	HENI SATOTOWATI, S.Pd		✓	-

6. Tata Usaha

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	LEDY RATNA WIBAWA		✓	-

7. Tenaga Perpustakaan

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	MUNAWAROH, S.Ag		✓	-

8. Penjaga Sekolah

NO	NAMA LENGKAP	L	P	NIP
1	WALIJA	✓		-

D. KURIKULUM

Kurikulum yang digunakan di SDN Delegan 2 pada tahun ajaran 2014/2015 adalah Kurikulum 2013 (Kurtilas).

E. FASILITAS

Fasilitas yang ada di SDN Delegan 2 antara lain :

a. Fasilitas Ruangan

No	Jenis	Keberadaan		Fungsi	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	R. Kepala Sekolah	✓		✓	
2.	R. Kelas (6)	✓		✓	
3.	R. Guru	✓		✓	
4.	R. UKS	✓		✓	

5.	Lab. Komputer	✓		✓	
6.	R. Perpustakaan	✓		✓	
7.	R. Ibadah	✓		✓	
8.	R. Kamar Mandi	✓		✓	
9.	R. Penjaga sekolah	✓		✓	
10.	R. Kantin	✓		✓	
11.	R. Gudang	✓		✓	
12.	R. UKS	✓		✓	
13.	R. Parkir	✓		✓	
14.	R. Karawitan	✓		✓	

F. Obervasi Alat, Media, dan Sarana/ Fasilitas Pembelajaran

Alat, Media, dan Sarana/ Fasilitas yang tersedia di SD Negeri 2

Bancar adalah :

a. Peralatan Permainan Bola kecil dan Besar.

1. Bola kaki 6 buah
2. Bola voli 2 buah
3. Tongkat Estafet 4 buah
4. Turbo 5 buah
5. Pemukul kasti 2 buah
6. Pemukul rounders 1 buah
7. Bola kasti 20 buah
8. Net bulu tangkis 1 buah
9. Bet ping pong 4 buah
10. Bola ping pong 1 slot
11. Net ping pong 1 buah
12. Kardus Lipat 7 buah

b. Fasilitas pembelajaran penjas

1. Halaman Sekolah

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Peralatan dan Fasilitas SD Negeri Delegan 2 belum cukup lengkap, dan kebanyakan peralatannya sudah banyak yang rusak dan jumlahnya sedikit, sehingga perlu penambahan peralatan.

G. PERUMUSAN PROGRAM DAN RANCANGAN KEGIATAN PPL

1. Perumusan Program PPL

Program yang terkait dengan kegiatan PPL meliputi proses pembelajaran. Kegiatan PPL merupakan serangkaian dari tugas mahasiswa yang memang dipersiapkan untuk menjadi seorang guru professional. Melalui kegiatan PPL mahasiswa dilatih untuk menjadi seorang guru profesional.

Kegiatan PPL mempunyai tujuan sebagai berikut:

- a. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam dunia sekolah yang nyata.
- b. Melatih mahasiswa menjadi guru profesional.
- c. Agar mahasiswa memperoleh pengalaman dan keterampilan untuk melaksanakan proses mengajar.
- d. Agar mahasiswa bisa menyalurkan ilmunya dalam rangka pengembangan institusi sekolah.
- e. Agar mahasiswa berlatih untuk mengembangkan kompetensi kepribadian dan sosialnya untuk menjadi seorang guru yang mempunyai kompetensi pedagogik.

2. Rancangan Kegiatan PPL

Kegiatan PPL seperti yang sudah direncanakan oleh pihak UPPL yaitu:

- a. Praktek Terbimbing minimal sebanyak 5 kali pertemuan.
- b. Praktek mandiri sebanyak 3 kali pertemuan

Terdiri dari dua program yaitu terbimbing dan mandiri. Jadwal program PPL individu yaitu :

a. Terbimbing

Hari/Tanggal	Materi Pelajaran	Kelas
Kamis, 7 Agustus 2014	Pola gerak dasar lokomotor dalam bentuk permainan	III (tiga)
Selasa, 12 Agustus 2014	Gerak dasar atletik (start jongkok)	VI (enam)
Kamis, 14 Agustus 2014	Gerak dasar non lokomotor	II (dua)
Senin, 18 Agustus 2014	Mengenal bentuk dan kegunaan bola kecil	IV (empat)
Rabu, 27 Agustus 2014	Pola gerak dasar permainan bola besar	V (lima)

b. Mandiri

Hari/Tanggal	Materi Pelajaran	Kelas
Jumat, 29 Agustus 2014	Kebugaran Jasmani	I (satu)
Kamis, 4 September 2014	Pola gerak dasar manipulative	III (tiga)
Rabu, 10 September 2014	Dasar gerak renang	V (lima)

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

1. Penentuan Sekolah dan Pengelompokkan Mahasiswa

Melalui format yang baru Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) memberikan kebebasan kepada mahasiswa untuk memilih lokasi SD yang sebelumnya telah ditentukan untuk dijadikan tempat PPL, dan lokasi yang kami pilih adalah SDN Delean 2 yang bertempat di kabupaten Sleman.

2. Observasi Awal

Dipertengahan semester 6 (pada saat Pengajaran Mikro), mahasiswa sudah mulai diterjunkan ke sekolah yang ditentukan oleh Universitas Negeri Yogyakarta untuk melaksanakan observasi, yaitu :

- a. Observasi Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani
- b. Observasi Potensi yang ada di sekolah
- c. Observasi Sarana dan Prasarana
- d. Penentuan Rancangan Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani

3. Pembekalan

Tujuan pembekalan bagi mahasiswa, antara lain :

- a. Mendapat informasi tentang kondisi, situasi, potensi dan permasalahan sekolah yang akan dijadikan lokasi PPL.
- b. Memiliki materi pengembangan wawasan tentang pelaksanaan pendidikan di Sekolah Dasar.
- c. Mempunyai kemampuan menggunakan waktu secara efisien pada saat melaksanakan program PPL.
- d. Mengerti dan memahami arti dasar, tujuan, pendekatan, program, pelaksanaan, monitoring dan evaluasi.

B. PELAKSANAAN

a. Praktik Mengajar Terbimbing

1. Pelaksanaan

a. Pengertian dan tujuan

Praktik mengajar terbimbing adalah kegiatan yang dilakukan mahasiswa berupa praktik mengajar di kelas dengan dibimbing oleh guru pamong dan DPL. Praktik mengajar terbimbing dilakukan minimal 5 kali dan 3 kali mengajar mandiri oleh semua mahasiswa. Mahasiswa harus melaksanakan praktik mengajar terbimbing.

Tujuan dari adanya praktik mengajar terbimbing yaitu mahasiswa mampu mempraktikkan berbagai jenis ketrampilan mengajar yang telah dipelajari di bangku perkuliahan.

b. Mekanisme

Mekanisme dalam praktek mengajar terbimbing adalah sebagai berikut:

1. Meminta bahan materi pelajaran dari guru pembimbing
2. Membuat RPP yang berjumlah 3 eksemplar masing-masing untuk gurupembimbing, dosen pembimbing lapangan, dan mahasiswa itu sendiri.
3. Mahasiswa mempersiapkan media pembelajaran Mahasiswa mempersiapkan media pembelajaran
4. Mahasiswa berkonsultasi dengan guru pembimbing sebelum praktek
5. Mahasiswa melaksanakan praktik

c. Pelaksanaan

Pelaksanaan praktek terbimbing yaitu mulai tanggal 2 Juli 2014 sampai 17 september 2014. Jadwal praktek terbimbing dibuat mahasiswa dengan persetujuan dengan pihak sekolah dan dosen pembimbing. Ketentuan pembagiannya adalah setiap mahasiswa minimal mengajar 8 kali di kelas rendah dan kelas tinggi dengan jadwal terlampir.

2. Umpan balik

Pada setiap kali mahasiswa praktik mengajar, guru pembimbing memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun. Berdasar dari kritik dan

saran tersebut, dosen pembimbing memberikan arahan dan dorongan semangat agar mahasiswa dapat lebih baik lagi dalam proses selanjutnya. Sehingga dapat menjadi teladan dan guru yang professional.

b. Praktik Mengajar Mandiri

1) Pelaksanaan

a. Pengertian dan tujuan

Latihan mengajar mandiri adalah praktik mengajar sebagai guru pendidikan jasmani dimana mahasiswa mengajar tanpa dibimbing oleh guru pembimbing atau dosen pembimbing. Latihan mengajar mandiri ini dilakukan secara bertahap, mulai dari mengajar bergantian dengan teman (tiap kelas di isi oleh 3 guru). Tujuan dari praktik mandiri adalah agar mahasiswa memiliki kemampuan mengajar penuh sebagai guru pendidikan jasmani. Praktik mengajar mandiri dilaksanakan minimal 4 (empat) kali.

b. Mekanisme

Mekanisme dalam praktik mengajar mandiri adalah sebagai berikut:

1. Meminta bahan materi pelajaran dari guru terbimbing
2. Membuat RPP yang berjumlah 3 eksemplar masing-masing untuk gurupembimbing, dosen pembimbing lapangan, dan mahasiswa itu sendiri.
3. Mahasiswa mempersiapkan mediadan alat pembelajaran.
4. Mahasiswa berkonsultasi dengan guru pembimbing sebelum praktik mengajar
5. Mahasiswa melaksanakan praktik mengajar

c. Pelaksanaan

Pelaksanaan praktek mengajar mandiri yaitu mulai tanggal 22 Juli 2014 sampai 17 september 2014. Antara praktek mengajar mandiri dan praktek mengajar terbimbing dilakukan secara selang seling. Jadwal praktek mengajar mandiri disusun oleh mahasiswa dengan persetujuan dari pihak sekolah dan Dosen Pembimbing Lapangan. Ketentuan pembagian jadwalnya adalah setiap mahasiswa harus mengajar dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dari kelas

rendah dan kelas tinggi. Dalam pelaksanaannya, guru mata pelajaran yang bersangkutan tidak mendampingi secara penuh tapi sesekali terjun langsung kelapangan untuk ikut memantau proses pembelajaran yang berlangsung.

2) Umpan balik

Pada setiap kali mahasiswa praktek mengajar mandiri, guru pembimbing memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun. Guru memberikan kritik dan saran tentang cara pengelolaan kelas, penanganan anak dan penguasaan materi. Bertolak dari kritik dan saran tersebut, dosen pembimbing memberikan arahan dan dorongan dan semangat demi kesempurnaan mahasiswa. Di samping itu mahasiswa juga harus menjaga stamina, karena selama mengajar mandiri diperlukan tenaga yang ekstra.

C. ANALISIS HASIL

1. PRAKTIK MENGAJAR TERBIMBING

- a. Dengan adanya praktek mengajar terbimbing mahasiswa mampu mengetahui dan mempraktekkan secara nyata berbagai jenis keterampilan mengajar menuju profesionalisme seorang guru.
- b. Adanya umpan balik dari guru pamong berupa kritik, arahan maupun saran dari guru pembimbing dengan mengetahui kekurangan dalam menyusun rencana pembelajaran dan kinerja mengajar.

2. PRAKTEK MENGAJAR MANDIRI

- a. Merasa menjadi guru yang sesungguhnya karena mengajar tanpa adanya guru pamong untuk mendampingi selama proses pembelajaran dan mengajar secara penuh.
- b. Mengetahui sikap dan karakteristik anak didik sehingga dapat menggunakan metode yang tepat dalam menyampaikan materi pelajaran secara efektif, efisien dan fleksible
- c. Dapat mengontrol kegiatan siswa dalam pembelajaran.
- d. Mengerti dan mengetahui cara – cara mengajar yang baik, cara menangani siswa dan dapat menggunakan waktu secara tepat dan sesuai dengan rencana.

D. PERMASALAHAN PELAKSANAAN

1. Permasalahan yang dihadapi
 - a. Masih kesulitan dalam mengelola kelas.
 - b. Setiap pelajaran olahraga siswa putra meminta untuk bermain sepak bola dan yang putri meminta untuk bermain kasti.
 - c. Siswa yang sulit diatur/over aktif.
 - d. Adanya pedagang di sekitar lapangan sehingga siswa menjadi tidak fokus dan ingin jajan.
2. Usaha-usaha untuk mengatasi
 - Mengenalkan permainan yang belum pernah diajarkan.
 - Memodifikasi permainan olahraga supaya menarik untuk siswa.
 - Memberikan tugas dan tanggung jawab yang lebih pada siswa yang over aktif.

BAB III

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari kegiatan PPL yang telah dilaksanakan maka dapat disimpulkan bahwa secara umum kegiatan PPL dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar karena tidak ada kendala yang cukup berarti bagi praktikan selama proses belajar mengajar dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Program PPL dapat menambah pengalaman praktikan dalam bidang pembelajaran di sekolah dalam melatih dan mengembangkan kompetensi dalam bidang pendidikan.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) memberikan pengalaman yang sesungguhnya kepada praktikan tentang pelaksanaan proses pembelajaran, cara berinteraksi dengan peserta didik, teknik penguasaan kelas, cara memotivasi siswa, penerapan metode mengajar yang sesuai, penggunaan media pembelajaran, memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya terkait dengan pelaksanaan proses pembelajaran serta cara evaluasi pembelajaran di sekolah. Dengan demikian, Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang telah dilaksanakan oleh praktikan di SD Negeri Delegan 2 selama kurang lebih 2,5 bulan merupakan pengalaman yang sangat berharga dan pasti akan berguna dalam proses menjadi seorang guru atau pendidik yang profesional dan berhasil di bidangnya.

B. SARAN

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa harus memiliki persiapan yang matang dalam pelaksanaan PPL supaya pembelajaran yang dijalankan berjalan dengan optimal. Selain itu sebagai calon guru yang profesional hendaknya lebih disiplin waktu dan menjaga nama baik universitas.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah telah banyak memberikan kontribusi dan partisipasi aktifnya guna menyukseskan program PPL. Cukup banyak dukungan dari pihak sekolah yang mungkin tidak sebanding dengan apa yang praktikan berikan. Penerimaan, keterbukaan dan kesediaan dari pihak sekolah untuk membimbing penyusunan seperti diatas hendaknya dipertahankan dan terus ditingkatkan.

3. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

Pihak Universitas Negeri Yogyakarta dapat memberikan bekal yang cukup bagi mahasiswa calon Guru sebelum melaksanakan PPL, baik secara moril maupun materil agar PPL dapat berjalan dengan baik dan lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Pembekalan KKN-PPL. Materi Pembekalan KKN-PPL. Yogyakarta: Unit Program Pengalaman Lapangan (UPPL) UNY
- Tim Penyusun Panduan KKN-PPL UNY. 2014. Panduan KKN-PPL. Yogyakarta: Unit program Pengalaman Lapangan (UPPL) UNY



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2014
SD NEGERI DELEGAN 2

F01

Kelompok mahasiswa

Nomor Lokasi :
Nama Sekolah/Lembaga : SD Negeri Delegan 2
Alamat Sekolah/Lembaga : Dinginan, Sumberharjo, Prambanan, Sleman

No	Program/Kegiatan PPL	Juli				Agustus					September			Jml Jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	
1.	Pembuatan Matrik Program Kerja PPL													
	Persiapan	5												5
	Pelaksanaan	10												10
	Evaluasi dan Tindak Lanjut	5												5
2	Penerimaan Siswa Baru													
	Persiapan	4												4
	Pelaksanaan	8												8
	Evaluasi dan Tindak Lanjut	4												4
3	Pendataan Peserta Didik													
	Persiapan		1											1
	Pelaksanaan		5											5
	Evaluasi dan Tindak Lanjut		1											1
4	Pesantren Kilat													
	Persiapan			4										4
	Pelaksanaan			9										9
	Evaluasi dan Tindak Lanjut			2										2
5	Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)													
	Persiapan			6			6	12	12	12	12	12		72
	Pelaksanaan			4			4	8	8	8	8	8		48
	Evaluasi dan Tindak Lanjut			2			2	4	4	4	4	4		24
6	Pengisian KMS													
	Persiapan						2							2
	Pelaksanaan						8							8
	Evaluasi dan Tindak Lanjut						2							2
7	Pembiasaan Jum'at sehat													
	Persiapan						2							2

	Pelaksanaan						2	2	2	2	2	2		12
	Evaluasi dan Tindak Lanjut													
8	Ekskul TIK													
	Persiapan							4	4	4	4	4		20
	Pelaksanaan							2	2	2	2	2		10
	Evaluasi dan Tindak Lanjut										1	1		2
9	Pelatihan Ping Pong													
	Persiapan							6						6
	Pelaksanaan							2	2	2	2	2		10
	Evaluasi dan Tindak Lanjut													
10	Memperbaiki bak pasir lompat jauh													
	Persiapan											2		2
	Pelaksanaan											8		8
	Evaluasi dan Tindak Lanjut													
	Jumlah Jam													286

Mengetahui/Menyetujui

Kepala Sekolah/Pimpinan Lembaga

Dosen Pembimbing Lapangan

Yang membuat,

Tugiran, S.Ag

A. Erlina Listiyarini, M.Pd
NIP. 19601219 198803 2 001

Danang Prasetyo N
NIM : 11604221022



Universitas negeri yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk
mahasiswa

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SD NEGERI DELEGAN 2
ALAMAT SEKOLAH : DINGINAN, SUMBERHARJO, PRAMBANAN, SLEMAN
GURU PEMBIMBING : BIMA ANDIANSYAH

NAMA MAHASISWA : DANANG PRASETYO N
NO. MAHASISWA : 11604221022
FAK./JUR./PRODI : FIK/POR/PGSD PENJAS
DOSEN PEMBIMBING : A. ERLINA L, M.Pd

No	Hari/Tanggal	Materi kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Rabu, 2 Juli 2014	Persiapan penerimaan peserta didik baru Persiapan pembuatan matriks			
2	Kamis, 3 Juli 2014	Penerimaan siswa baru Nomorisasi buku perpustakaan Pembuatan Matriks	Berjalan dengan lancar Kurang lancar	Mahasiswa masih bingung dalam pengelompokan kategori buku.	Bertanya kepada tenaga perpustakaan
3	Jumat, 4 Juli 2014	Penerimaan siswa hari ke 2 Penataan buku perpustakaan	Ada 38 siswa yang mendaftar dan setelah seleksi umur dipilih 27 siswa yang diterima.		
4	Sabtu, 5 Juli 2014	Meneruskan pembuatan matriks Penataan buku perpustakaan	Menyelesaikan penataan buku dan berjalan dengan lancar		
5	Kamis, 10 Juli 2014	Pendataan peserta didik baru	Berjalan lancar		
6	Senin, 14 juli 2014	Perkenalan dan MOS	Berjalan lancar		

7	Selasa, 15 juli 2014	Pengecapan dan penomoran buku kurikulum 2013 Membantu mengajar kelas VI Membersihkan ruang UKS	KBM Berjalan lancar		
8	Rabu, 16 Juli 2014	Mengajar kelas V	KBM Berjalan lancar	Belum mengenal karakter siswa	Konsultasi dengan guru pembimbing
9	Kamis, 17 Juli 2014	Membantu mengajar kelas II	KBM Berjalan lancar		
10	Jumat, 18 Juli 2014	Pendampingan pesantren kilat	Berjalan lancar		
11	Sabtu, 19 Juli 2014	Pendampingan pesantren kilat	Berjalan lancar		
12	Rabu, 6 Agustus 2014	Syawalan SD N Delegan 2 Membersihkan ruang UKS			
13	Kamis, 7 Agustus 2014	Mengajar kelas III Menata ruang UKS	Kurang lancar	Pengelolaan kelas masih kurang	Dalam mengajar harus dibantu untuk mengawasi siswa
14	Jumat, 8 Agustus 2014	Senam pagi bersama Pengisian KMS	Membuat data KMS agar pertumbuhan dan perkembangan anak bisa diketahui		
15	Sabtu, 9 Agustus 2014	Pengisian KMS Melatih Upacara	Kurang lancar	Siswa kurang serius	Bersikap tegas terhadap siswa

16	Senin, 11 Agustus 2014	Upacara Bendera Membantu mengajar kelas IV	Kurang lancar	Siswa masih sulit diatur	Mengetahui karakter siswa dan bersikap tegas terhadap siswa Menegur dan menasehati siswa yang kurang memperhatikan
		Ekskul TIK	Kurang lancar	Sebagian siswa kurang memperhatikan	
17	Selasa, 12 Agustus 2014	Mengajar kelas VI Mengecek keperluan yang kurang dalam UKS	Berjalan dengan lancar		
18	Rabu, 13 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan ruang UKS PPL di akhiri	Anak bisa memahami materi yang diberikan.	Ada beberapa siswa yang masih sulit menerima materi yang diberikan	Dalam memberikan materi harus secara perlahan agar siswa bisa mengikuti
19	Kamis, 14 Agustus 2014	Mengajar kelas II Membersihkan ruang UKS		Masih sulit dalam pengelolaan kelas	Guru harus pintar-pintar dalam membuat permainan agar siswa lebih bisa dikendalikan
20	Jumat, 15 Agustus 2014	Senam pagi bersama Membantu mengajar kelas I Menata ruang UKS	Kurang lancar	Banyak siswa kelas bawah (1-3) yang belum hafal gerakan senam SKJ 2012	Siswa kelas atas baris di bagian depan
21	Sabtu, 16 Agustus 2014	Latihan Upacara Pelatihan Pingpong	Kurang lancar	Sebagian siswa belum mengerti olahraga ping-pong	Guru menjelaskan apa itu olahraga ping pong

22	Minggu, 17 Agustus 2014	Tugas Upacara bendera dalam rangka HUT RI yang Ke- 69 PPL di akhiri			
23	Senin, 18 Agustus 2014	Mengajar kelas IV Ekskul TIK	Anak bisa mengerti dan memahami tentang materi yang diberikan		
24	Selasa, 19 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas VI Membersihkan ruang UKS	KBM Berjalan lancar		
25	Rabu, 20 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan ruang UKS			
26	Kamis, 21 Agustus 2014	Mengajar kelas II Membersihkan ruang UKS			
27	Jumat, 22 Agustus 2014	Senam pagi bersama Membantu mengajar kelas I	KBM Berjalan dengan lancar		
28	Sabtu, 23 Agustus 2014	Pelatihan ping pong	Siswa sudah sedikit bisa bermain ping pong		
29	Senin, 25 Agustus 2014	Upacara Bendera			

30	Selasa, 26 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas IV Ekskul TIK	Kurang lancar	Kurangnya komputer yang tersedia	Anak bergantian dalam praktek komputer
31	Rabu, 27 Agustus 2014	Mengajar kelas V Membersihkan UKS	KBM Berjalan dengan lancar		
32	Kamis, 28 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas III Membersihkan UKS			
33	Jumat, 29 Agustus 2014	Senam pagi bersama Mengajar Kelas I		Sebagian siswa minta untuk jalan-jalan	Guru harus memberikan materi yang menarik bagi siswa
34	Sabtu, 30 Agustus 2014	Pelatihan Ping pong			
35	Senin, 01 September	Upacara bendera			

	2014	Membantu mengajar kelas IV Ekskul TIK			
36	Selasa, 02 September 2014	Mengajar kelas VI Membersihkan ruangan UKS	KBM berjalan dengan lancar		
37	Rabu, 03 September 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan ruangan UKS			
38	Kamis, 04 September 2014	Mengajar kelas III Membersihkan ruangan UKS			
39	Jumat, 05 September 2014	Melaksanakan senam pagi bersama Membantu mengajar kelas I	KBM Berjalan dengan lancar		
40	Sabtu, 06 September 2014	Pengisian data untuk persiapan BIAS Penataan buku di perpustakaan Pelatihan ping pong			

41	Senin, 08 September 2014	Upacara Bendera Membantu mengajar kelas IV Ekskul TIK	KBM Berjalan dengan lancar. Siswa bisa mengoperasikan komputer		
42	Selasa, 09 September 2014	Jalan santai bersama murid-murid dan guru dalam rangka Hari Olahraga Nasional (Haornas)			
43	Rabu, 10 September 2014	Mengajar kelas V	Siswa merasa senang sekali dalam pembelajaran kali ini		
44	Kamis, 11 September 2014	Mengajar kelas III Memperbaiki bak pasir lompat jauh	KBM berjalan dengan lancar		
45	Jumat, 12 September 2014	Melaksanakan senam pagi bersama Membantu mengajar kelas I			
46	Sabtu, 13 September 2014	Memperbaiki bak pasir Pelatihan ping pong			

47	Senin, 15 September 2014	Upacara Bendera Membantu mengajar kelas IV Ekskul TIK	KBM berjalan dengan lancar		
50	Selasa, 16 September 2014	Membantu mengajar kelas VI Mendampingi anak lomba MTQ			
51	Rabu, 17 September 2014	Membantu mengajar kelas V	KBM berjalan dengan lancar		
52	Kamis, 18 September 2014	Perpisahan dengan guru dan siswa serta penarikan PPL			

Mengetahui

Dosen Pembimbing

Guru Pembimbing

Mahasiswa

A.Erlina Listiyarini, M.Pd
NIP. 19601219 198803 2 001

Bima Andiansyah

Danang Prasetyo N
NIM. 11604221022

FOTO-FOTO



Pembelajaran Penjas di Lapangan



Renang



Pembelajaran di dalam kelas



Senam Pagis setiap Hari Jumat



HAORNAS

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**



Oleh:

DanangPrasesetyo N (11604221022)

**PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : Sekolah Dasar (SD)
Nama Sekolah : SD Negeri Delegan 2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga
Kelas/Semester : 1 (satu)/1(satu)
Materi Pokok/Tema : Kebugaran jasmani/Kebugaran
Alokasi waktu : 4 x 35
Hari/Tanggal : Jumat, 29 Agustus 2014

Kompetensi Inti :

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingintahun tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
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 (KD) dan Indikator

PJOK

- 3.4. Mengetahui konsep gerak secara seimbang dan cepat dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional.
- 4.4. Mempraktikkan aktivitas pengembangan kebugaran jasmani untuk melatih keseimbangan dan kecepatan tubuh melalui permainan sederhana dan atau tradisional.

INDIKATOR

- 3.4.1 Mengetahui konsep gerak secara seimbang dan cepat dalam permainan sederhana dan atau tradisional "Meniru Gerakan Pemimpin".
- 3.4.2 Mengetahui pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional "Meniru Gerakan Pemimpin".
- 4.4.1 Mempraktikkan aktivitas pengembangan kebugaran jasmani dalam permainan sederhana dan atau Tradisional "Meniru Gerakan Pemimpin".
- 4.4.2 Mempraktikkan permainan sederhana dan atau tradisional "meniru Gerakan Pemimpin" untuk melatih kecepatan dan keseimbangan tubuh

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu sikap disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik kebugaran jasmani.
2. Siswa dapat mengetahui konsep gerak secara seimbang dan cepat dalam permainan.
3. Siswa dapat mengetahui pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana.

- 4. Siswabisa mempraktikan aktivitas pengembangan kebugaran jasmani dalam permainan sederhana “Meniru Gerakan Pemimpin”.
- 5. Siswabisa mempraktik permainan untuk melatih kecepatan dan keseimbangan tubuh untuk pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan tradisional “Meniru Gerakan Pemimpin”.

B.Materi Ajar/Pembelajaran

Kebugaran Jasmani

C.Pendekatan/strategi/metode pembelajaran

- 1. Pendekatan : Scientific
- 2. Metode : Eksperimen(praktek),Demonstrasi,tanyajawab.

D.Media/Alat dan sumber pembelajaran

- 1. Media :
- 2. Alat :
 - peluit
 - Kun
- 3.Sumber Belajar
 - Buku PENJASKES kelas 1 Sekolah Dasar
 - Buku panduan Guru Kelas 1

E.Langkah-langkah pembelajaran

No	Formasi	Penjelasan	Keterangan
1		A.Pendahuluan	
2	Y X XX X XX XXXXX → ↓ ← 😊😊😊 😊😊😊	1. Guru mempersiapkan siswa untuk berbaris 4 bershaf 2.guru memberisalam mengkondisikan siswa ,mengajak dan memimpin berdoa,menanyakan kondisi siswa dan menmpresensi siswa 3.Guru memberimotivasi pada siswa 4.guru menyampaikan kompetensi dasar,tujuan pembelajaran,metode dan penilaian. 5.guru memberitingkata awal dari aktivitas jasmani yaitu pemanasan sebelum mengawali olahraga. 6.Siswa di ajak membentuk barisan ulark kemudian jalan mengelilingi lapangan sambil bernyanyi. 7.siswa melakukan permainan “kalau kau anak sehat”. b.Inti 1.Mengamati ➤ Guru menjelaskandan mempraktikan beberapa aktivitas gerak untuk kebugaran jasmani seperti menirukan gerakan hewan dan gerakan membe	

		rsihkantempattidur. ➤ Guru menjelaskan dan mempraktikkan permainan sederhana “Aku anak sehat” untuk melatih pengembangan kebugaran jasmani dengan permainan yang menyenangkan. Cara permainan 1. siswa di bagi 3 kelompok dan membentuk lingkaran. 2. masing-masing kelompok di berinama yaitu kelompok aku, kelompok anak dan kelompok sehat. 3. Jika nama kelompok di sebut maka harus mengikuti perintah dari guru. 2. Menanya ➤ Saat guru selesai menjelaskan dan mempraktikkan, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang akan di sampaikan apakah sudah jelas atau belum, apabila tidak ada pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi agar siswa lebih paham. 3. Mencoba ➤ Siswa melakukan gerakan seperti apa yang telah di jelaskan dan di praktikan oleh guru. ➤ Siswa mencoba beberapa gerakan dalam permainan sederhana tanpa alat agar saat permainan siswa paham dengan permainan yang di perintahkan guru. 4. Mengasosiasi ➤ Siswa di suruh melakukan permainan sederhana tanpa alat dan menggunakan alat. ➤ Siswa dapat merasakan gerakan koordinasi melalui permainan sederhana dan atradisional “menirukan gerakan pemimpin” yang di perintahkan guru	
--	--	--	--

	5. Mengkomunikasikan a. Permainan “Menirukan gerakan pemimpin” - Siswa di baris membentuk lingkaran. - Tunjukkan salah satu siswa untuk menjadi seorang pemimpin yang nantinya mempraktikkan gerakan untuk pengembangan kebugaran jasmani - Siswa yang lainnya mengikuti gerakan yang dilakukan pemimpin. c. Penutup • Siswa dikumpulkan membentuk setengah lingkaran • Guru menjelaskan tentang materi yang telah dilakukan atau diajarkan • Guru menyuruh siswa untuk berhitung kemudian guru memimpin doa untuk mengakhiri pelajaran. • Siswa di bubarkan.
--	--

a. Tes Sikap (Afektif)

Tessikap (Afektif) dapatdilakukanselamasiswamelakukanpembelajaranPendidikanJasmani di sekolah.Unsur-unsur yang dinilai :kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percayadiri, dansportivitas.

[illegible]

6.																			
7.																			
8.																			
9.																			
10																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																			

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianAfektif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

c. TesPengetahuan (Kognitif)

format penilaianpembelajarankebugaran jasmani.

No.	NamaSiswa	Butir-butirPertanyaan									Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15												

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianKognitif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

d. RekapitulasiPenilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAakhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

NilaiAakhir (NA) =

Jumlahskor yang diperoleh

Tiga Aspek Penilaian

=

Jumlahskor yang diperoleh

3

- Keterangan :**
- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
 - Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%
 - Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
 - Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
 - Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 29 Agustus 2014

Guru Pamong

Praktikan

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

NIM 11604221022

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

(RPP)



Di susun Oleh :

DANANG PRASETYO NUGROHO

(11604221022)

**PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
NIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Satuan pendidikan : Sekolah Dasar
Nama sekolah : SD Negeri Delegan 2
Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga
Kelas / Semester : II / I
Materi pokok / Tema / Topik : Gerak dasar non lokomotor/Hidup Rukun
Alokasi waktu : 4 x 35
Hari / Tanggal : Kamis, 14 Agustus 2014

Kompetensi Inti :

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

Kompetensi dasar (KD) dan Indikator

PJOK

- 3.2 Mengetahui konsep gerak variasi polagerak dasar non-lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional.
- 4.2 Mempraktikkan variasi polagerak dasar non-lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional.

INDIKATOR

- 3.2.1 Mempraktekkanvariasipolagerakdasar non
lokomotodalamberbagaibentukpermainansederhana
- 4.2.1 Mempraktekkanvariasipolagerakdasar non-lokomotor yang
dilandasikonsepgerakdalampermainansederhana.

TujuanPembelajaran

1. Siswabisamengetahuikonsepgerakdasar non lokomotordalampermainansederhana.
2. Siswadapatmengetahuidimensianggotatubuh yang digunaka, arah, ruanggerak, hubungandanusahadalampermainansederhana.
3. Siswadapatmengetahuikonsepbergeraksecaraseimbangdancepatdalampermainansederhan
a.
4. Siswabisamempraktikkanpolagerakdasar non lokmotordalambentukpermainansederhana.
5. Siswabisamempraktikkanpermaianansederhanauntukmelatihkecepatandankeseimbangan.

Materi ajar / pembelajaran

Gerakdasar non lokomotordalampermaianansederhana.

Pendekatan / strategi / metodepembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Eksperimen (praktek), demonstrasi, Tanya jawab
3. Model :

Media / Alatdansumberbelajar

1. Media :
2. Alat :

- Bola plastic

- Keranjang

- Kun

- Pluit
3. Sumberbelajar :

- Buku PENJASKES kelas IISekolahDasar.

- Bukupegangan guru.

Langkah – langkahpembelajaran

Pembukaan

No	Gambar	Uraian	Waktu	Keterangan
	☆ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	a. Guru mempersiapkansiswauntukberbaris 2 bersaf. b. Guru memberisalam, mengondisikankelas, mengajakdanmemimpinberdoa,		Metode: 1. Komando 2. Tanya jawab

		menanyakan kondisi siswa dalam merespon siswa. c. Guru member motivasi pada siswa. d. Guru melakukan persepsi dan pretest. e. Menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode dan penilaian f. Guru memberitahu awal dari aktivitas jasmani yaitu pemanasan sebelum mengawali olahraga.		
		A. Pemanasan a. Siswa menirukan gerakan yang nanti akan disebutkan oleh bapak/ibu guru. 1. Siswa menirukan gerakan bila di tiup angin. Siswa memiringkan badan ke kanan dan ke kiri sambil tangan di angkat ke atas. 2. Siswa menirukan gerakan cakul dengan menekuk badan ke depan, tangan lurus ke depan sambil di gerak naik turun. 3. Siswa menirukan bentuk pesawatterbang dengan membentangkan kedua tangan dan mengangakat kaki satu dan setelah itu ganti kaki yang satunya.		Metode: 1. Komando 2. Demontrasi 3. Eksperimen
		b. Siswa bermain memindah bola dari samping dengan memutar pinggang. 1. Cara main: a. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok sama banyak. b. Siswa di bagi bola sama banyak. c. Siswa memindah bola dari sampingkanan ke samping kiri dengan memutar pinggang tanpa berpindah tempat. d. Apabila ada siswa yang berpindah tempat nanti akan di ulangi lagi pada saat bola tersebut. e. Siapa yang tercepat memindah bola tersebut merekalah yang menjadi pemenangnya. f. Kelompok yang kalah nanti mendapat hadiah yaitu mengambil 5		Metode: 1. Komando 2. Demontrasi 3. eksperimen

		sampah yang ada di lapangan tersebut.		
No	Gambar	Uraian	Waktu	Keterangan
		B. Inti 1. Mengamati - Guru menjelaskan dan mempraktikkan beberapa gerakan dasar non-lokomotor menekuk, mengayun, membungkuk dan mengangkat kaki. - Guru menjelaskan dan mempraktikkan gerakan untuk permainan sederhana dalam variasi gerakan dasar non-lokomotor dengan permainan “menirukan gerakan pemimpin” yang menyenangkan sehingga siswa dapat memperhatikan. 2. Menanya - Saat guru selesai menjelaskan dan mempraktikkan, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang akan disampaikan apakah sudah jelas atau belum, apabila tidak ada pertanyaan dari siswa, guru memberikan pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi agar siswa lebih paham.		Metode: 3. Komando 4. Tanya jawab

		3. Mencoba - Siswamelakukangerakan sepertiapa yang lah di jelaskandan di praktikanoleh guru. - Siswamencobabeberapa gerkandalampermainans ederhanadenganalat agar saatpermainansiswapaha mdenganpermainan yang di perintahkan guru. 4. Mengasosiasi - Siswadisuruhmelakukan permainansederhanatanp aalatdanmenggunakanal at. - Siswadapatmerasakange rakankoordinasimelaluip ermaian “menirugerakanpemimp in”. 5. Mengkomunikasi a. Permainansederhana “Menirugerakanpemimpi n” - Siswa di barismembentuklingkara n. - Tunjuksalahsatusiswaun tukmenjadiseorangpemi mpin yang nantinyamempraktikkan gerkan non-lokomotorseperti (menekuk, mengayun, membungkukdanmenga ngkat kaki).		
3.		c. Siswabermainmemindah bola darisampingdenganmemutar		Metode: 4. Komando 5. Demonstrasi 6. eksperimen

		pinggang. 2. Cara main: g. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok sama banyak. h. Siswa di bagi bola sama banyak. i. Siswa memindah bola dari sampingkanan kesamping kiri dengan memutar pinggang tanpa berpindah tempat. j. Apabila ada siswa yang berpindah tempat nanti akan di ulangi lagi pada saat bola tersebut. k. Siapa yang tercepat memindah bola tersebut merekalah yang menjadi pemenangnya. l. Kelompok yang kalah nanti mendapat hadiah yaitu mengambil 5 sampah yang ada di lapangan tersebut.		
		C. Penutup • Siswa dikumpulkan membentuk setengah lingkaran • Guru menjelaskan tentang materi yang telah dilakukan atau diajarkan • Guru memperbaiki kesalahan-kesalahan gerak dengan menyuruh beberapa siswa untuk melakukan gerakan senam statis dan dinamis Guru menyuruh siswa untuk berhitung kemudian guru		Metode: 1. Komando 2. Demonstrasi 3. Eksperimen

	memimpindoauntukmengakhiripela jaraan		
--	--	--	--

a.TesSikap (Afektif)
penilaianafektif (Affective Behaviors)

Tessikap (Afektif) dapatdilakukanselamasiswamelakukanpembelajaranPendidikanJasmani di sekolah.Unsur-unsur yang dinilai :kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percayadi, dansportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	N A	
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas					
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						
5.																						
6.																						
7.																						
8.																						
9.																						
10																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																						

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianAfektif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

formatpenilaianpembelajaran non lokomotor:

No .	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan									Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
Jumlah skor maksimal (Nilai Kognitif) : 15												

Jumlahskor yang diperoleh

$$\text{PenilaianKognitif} = \frac{\text{-----}}{\text{-----}} \times 100\%$$

Jumlahskormaksimal

d.RekapitulasiPenilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAkhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlahskor yang diper

Jumlahskor yang diperoleh

NilaiAkhir (NA) = ----- = -----

Tiga Aspek Penilaian

3

Keterangan :

- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%

- Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 14Agustus 2014

Guru Pamong

Mahasiswa

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:

DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Nama Sekolah : SD Negeri Delegan 2

Kelas / Semester : III / 1 (satu)

Tema / Subtema : Hidup Rukun

Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

Hari/Tanggal : Kamis, 7 Agustus 2014

A. Kompetensi Inti

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

B. Kompetensi dasar (KD) dan Indikator

PJOK

3.1 Mengetahui konsep gerak kombinasi polagerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

- 4.1 Mempraktikkan kombinasi polagerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

INDIKATOR

3.1.1 Menyebutkan cara melakukan berbagai gerak lokomotor dengan tepat.

4.1.1 Melakukan berbagai polagerak lokomotor dengan tepat.

C. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan mengamati gambar serta menganalisis gambar dengan seksama siswa dapat memahami tema yang akan dipelajari dengan teliti.

2. Dengan mengamati gambar dengan seksama siswa dapat mengajukan pertanyaan berkaitan dengan tema yang sedang dipelajari dengan cermat dan teliti.
3. Dengan memperhatikan teks siswa dapat memahami pentingnya pemanasan, sebelum memulai permainan atau olahraga dengan penuh sikap disiplin.
4. Siswa mampu melakukan berbagai pola gerak lokomotor dengan tepat
5. Siswa mampu melakukan berbagai variasi gerakan lokomotor dengan tepat..

D. Materi Pembelajaran

1. Gerakan pemanasan
2. Pola gerak lokomotor dalam bentuk permainan

E. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode (ceramah, demonstrasi, penugasan, tanya jawab)

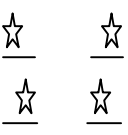
Pendekatan : scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi / menalar, dan mengkomunikasikan)

F. Media, Alat, dan Sumber Pelajaran

Media : gambar

Sarpras Penjas : Kun

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan  Ket:  : peserta didik  : Guru	1. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 2. Berdo'a 3.  Guru melakukan presensi 4.  Apersepsi 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjuk gambar orang sedang melakukan pemanasan 5. Guru menyampaikan tujuan yang akan dicapai 6. Guru menyampaikan tujuan yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan senario kegiatan yang akan dilakukan hari ini 8. Guru memimpin pemanasan dengan permainan sederhana Bintang beralih. Guru menunjuk 2 orang siswa untuk menjadi penjaga yang berada di tengah-tengah. Dan yang lainnya membuat lingkaran dan baris membentuk kelompok masing-masing yang berjumlah 3 orang. Siswa yang jadi penjaga menyebutkan angka antara 1 sampai 3. bila penjaga menyebutkan angka 1 baris pertama harus pindah posisi dan penjaga bisa meneletip tempat yang kosong, kemudian siswa yang	Komando Komando Ceramah Tanya jawab danceramah Ceramah Tanya jawab Ceramah Tanya jawab	Disiplin, patuh Santun disiplin tanggung jawab - disiplin tanggung jawab disiplin tanggung jawab

		tidakmendapattempatmakagantimenjadipenjaga.	ah - Ceramah - Ceramah - Komando - penugasan	jawab - disiplin - tanggung jawab
2	Inti Posisibari sanlurus xxxxxxxxx xxxxxxxxx ☒ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ☒ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ☒ ↓ ↓ ↓	1. Guru melakukan gerakan berjalan di tempat. 2. Peserta didik mempraktikkan gerakan berjalan di tempat dengan aba-aba hitungan 3. Siswa membuat kelompok menjadi beberapa kelompok 4. Melakukan gerakan jalan cepat, lari cepat, dan lari berbelok-belok, lari bolak-balik sambil memindahkan benda dalam bentuk lomba 5. Melakukan gerakan lari ke depan, samping, mundur sesuai isyarat guru	- Komando - Demonstrasi - Penugasan	- Disiplin, - tanggung jawab - Menghargai, - jujur, - disiplin, - tanggung jawab
3	Penutup ☒ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ ✦ x xxxxxxxxx xx x xxxxxxxxx xx ☒	1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil 2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu kidang dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah. 3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi gerakan lokomotor. 4. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan 1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi 2. Kognitif : guru menanyakan kembali gerakan yang telah dipelajari kepada peserta didik 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan materi yang	- Ceramah, - penugasan - Penugasan - Tanya jawab	- Menghargai, - disiplin, - tanggung jawab - patuh, keberanian, disiplin, - tanggung jawab - keber

	Dalam posisi berdiri	telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya. 5. Guru memberitugasebagai tindak lanjut 6. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dan lanjutkan menutup pelajaran	b	anian
			Tanya jawab	teliti, tanggungjawab
			Penguasaan	tanggungjawab
			Komando	patuh, disiplin
			Komando	patuh, disiplin
			Komando	patuh, disiplin

H. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikkan gerakan kurang memperhatikan pak guru?
2. Siapa yang tadi gerakan apa saja yang termasuk gerakan lokomotor?
3. Ayo siapa yang berani maju kedepan untuk mempraktikkan gerakan yang tadi sudah di praktikkan?

I. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
- Melakukan berbagai polagerak lokomotor dengan tepat - Melakukan gerakan berjalan / lari ditempat dengan aba-aba hitungan - Melakukan gerakan berjalan cepat / lari cepat berbelok-belok - Melakukan gerakan berjalan cepat / berlari	Non Tes	Tes Keterampilan / Perbuatan Soal	- Peragakan berbagai polagerak lokomotor dengan tepat - Peragakan gerakan berjalan / lari ditempat dengan aba-aba hitungan - Peragakan gerakan berjalan cepat / lari cepat berbelok-belok - Peragakan gerakan berjalan cepat / berlari

patmemindahkanbendabolakbaliksecarake lompok Melakukanvariasigerakanlari ke depan, belakang, samping		Prakte k	atmemindahkanbendabolakbaliksecarakel ompok Peragakanvariasigerakanlari ke depan, belakang, samping
---	--	-------------	--

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASILDISKUSI)

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar	4
		* sebagian besar benar	3
		* sebagian kecil benar	2
		* semuasalah	1

PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadangPengetahuan	2
		* tidakPengetahuan	1
2.	Praktek	* aktifPraktek	4
		* kadang-kadangaktif	2
		* tidakaktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4
		* kadang-kadangSikap	2
		* tidakSikap	1

LEMBAR PENILAIAN

No	NamaSiswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							

Jogjakarta, 7 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Praktikan

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

NIM. 11604221022

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)



Oleh:

DanangPrasetyo N (11604221022)

**PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: Sekolah Dasar (SD)
Nama Sekolah	: SD Negeri Delegan 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: III (tiga) / 1 (Satu)
Materi Pokok/Tema	: Gerak Dasar Manipulatif / Pengalaman yang Mengesankan
Alokasi Waktu	: 4x35 menit
Hari/tanggal	: Kamis/ 4 September 2014

Kompetensi Inti :

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis 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 (KD) dan Indikator

PJOK

- 3.3 Mengetahui konsep gerak kombinasi pola gerak dasar manipulative dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

- 4.3 Mempraktikkan kombinasi polagerak dasar manipulative yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

INDIKATOR

3.3.1 Mengetahui konsep gerak kombinasi manipulatif lempar, menggelindingkan dan menangkap

3.3.2 Mengetahui konsep gerak kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan “Lempar Bola”

4.3.1 Mempraktikkan kombinasi polagerak dasar manipulatif lempar, menggelindingkan dan menangkap

4.3.2 Mempraktikkan kombinasi polagerak dasar manipulatif yang dilandasi konsep gerak dalam permainan “Lempar Bola”

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu sikap disiplin selama melakukan berbagai aktifitas fisik melempar, menggelindingkan, dan menangkap dalam permainan “Lempar Bola”
2. Siswa dapat mengetahui konsep gerak dasar manipulatif dalam permainan “Lempar Bola”
3. Siswa dapat mempraktikkan konsep gerak kombinasi manipulatif melempar, menggelindingkan, dan menangkap
4. Mempraktikkan kombinasi polagerak dasar manipulatif yang di landasi konsep gerak dasar dalam permainan
5. Siswa bisa mempraktikkan permainan “Lempar Bola” untuk melatih target dan kekuatan tubuh.

B. Materi Ajar/Pembelajaran

Konsep Gerak Dasar Manipulatif dalam permainan “Lempar Bola”

C. Pendekatan/Strategi/Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Eksperimen (praktek), Demonstrasi, Tanya Jawab
3. Model :

D. Media/Alat dan Sumber Pembelajaran

1. Media :

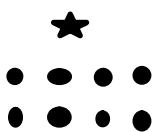
2. Alat :

- Peluit
- Kun
- Bola kasti

3. Sumber Belajar :

Buku Penjaskes kelas III Sekolah Dasar

Langkah-langkah Pembelajaran :

No	Gambar	Uraian	Waktu	Keterangan
1.		A. Pembukaan a. Guru mempersiapkan siswa untuk berbaris 2 bersaf. b. Guru memberisalam, mengondisikan kelas, mengajak dan memimpin berdoa, menanyakan kondisi siswa dan merespon siswa. c. Guru memberimotivasi pada siswa. d. Guru melakukan persepsi dan pretest. e. Menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode dan penilaian Guru memberitahu kata awal dari aktivitas		Metode : 1. komando 2. Tanya jawab 3. bermain

	 	c. Mencoba • Apabila sudah jelas maka siswa bisa langsung mencobanya dan masih dalam aba-aba dari guru • Siswa di bagi menjadi beberapa kelompok dan setiap kelompok terdiri dari 3 anak • Siswa yang berada di depan membawa 1 bola • Dengan jarak kira-kira 3 meter siswa yang berada di depan menggelindingkan bola ke teman yang berada di baris kedua, dan baris kedua melempar bola melambung ke baris yang ketiga memakai tangan kanan. • Dilanjutkan baris yang ketiga melempar bola ke baris yang kedua dan baris kedua menggelindingkan bola ke baris pertama. • Selanjutnya posisi siswa bergantian dan jarak bisa ditambahkan. d. Mengasosiasi • Setelah beberapa kali mencoba, siswa di suruh bermain dengan sungguh-sungguh.		
--	--	---	--	--

		e. Mengkomunikasikan - Selanjutnya permainan dilombakan, bola kelompok siapa yang sampai depan terlebih dahulu maka kelompok itu yang menang. - Siswa yang kalah akan mendapat hadiah yaitu menyanyikan lagu yang di sukai.		
3.		C. Penutup - Siswa dikumpulkan membentuk setengah lingkaran - Guru menjelaskan tentang materi yang telah dilakukan atau diajarkan - Guru memperbaiki kesalahan-kesalahan gerak dengan menyuruh beberapa siswa untuk melakukan gerakan senam statis dan dinamis - Guru menyuruh siswa untuk berhitung kemudian guru memimpin doa untuk mengakhiri pelajaran.		Metode: - Komando - Demonstrasi - Eksperimen

a. Tes Sikap (Afektif)

penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	N/A		
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																							

Jumlah skor yang diperoleh

PenilaianAfektif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

c. TesPengetahuan (Kognitif)

format penilaianpembelajarangerakdasar manipulatif:

No .	NamaSiswa	Butir-butirPertanyaan									Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
Jumlah skor maksimal (nilai kognitif) : 15												

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianKognitif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

d.RekapitulasiPenilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAkhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlahskor yang diper

Jumlahskor yang diperoleh

NilaiAkhir (NA) = ----- = -----

Tiga Aspek Penilaian

3

Keterangan :

- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Yogyakarta, 4 September 2014

Guru Pamong

Mahasiswa

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:

DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: Sekolah Dasar (SD)	
Nama Sekolah	: SD Negeri Delegan 2	
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga	
Kelas/Semester	: IV (Empat)/1(satu)	
Materi Pokok/Tema	: Gerak dasar permainan kecil rounders/Indahnya Kebersamaan	bola
Alokasi waktu	: 4 x 35	
Hari /Tanggal	: Senin, 18 Agustus 2014	

Kompetensi Inti :

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingintentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, 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 (KD) dan Indikator

PJOK

- 3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil
- 4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative yang

dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil

INDIKATOR

3.2.1 Mengetahui Konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam bola kecil rounds melalui permainan dan atau olahraga tradisional “kucing-kucingan bola”.

4.2.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam bola kecil rounds melalui permainan dan atau olahraga tradisional “kucing-kucingan bola”

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam pembelajaran Permainan bola kecil Rounds.
2. Siswa mampu sikap disiplin selama melakukan aktivitas fisik dalam pembelajaran Permainan bola kecil Rounds.
3. Siswa bisa mengetahui konsep Variasi dan kombinasi pola gerak dasar bola kecil rounds melalui permainan “Kucing-kucingan bola”.
4. Siswa bisa mengetahui Sejarah, karakteristik bola dan pemukul rounds.
5. Siswa bisa mengetahui Konsep Variasi dan kombinasi pola gerak dasar bola kecil rounds melalui permainan atau olahraga yang dimodifikasi dan atau tradisional “Kucing-kucingan bola”.
6. Siswa bisa mempraktikkan tahapan memukul bola rounds (posisi kaki, cara memegang pemukul dan ayunan saat memukul).
7. Siswa bisa mempraktikkan Variasi dan kombinasi pola gerak dasar bola kecil rounds melalui permainan atau olahraga yang dimodifikasi dan atau tradisional “Kucing-kucingan bola”.
8. Siswa bisa mempraktikkan tahapan awal sampai akhir dalam posisi kaki serta ayunan dalam memukul, berlari dalam permainan rounds

B. Materi Ajar/Pembelajaran

Permainan Bola Kecil Rounds

C. Pendekatan/strategi/metode pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Eksperimen(praktek), Demonstrasi, tanya jawab.

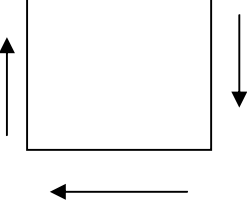
D. Media/Alat dan sumber pembelajaran

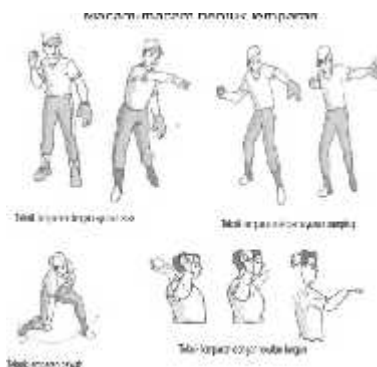
1. Media :
2. Alat :
 - Peluit
 - Kun
 - Bola Kasti
 - Pemukul

3. Sumber Belajar

- Buku PENJASKES kelas IV Sekolah Dasar
- Buku panduan Guru

E. Langkah-langkah pembelajaran

No	Formasi	Penjelasan	Ket
1	Y X XXX XX X X X 2KALI → 	A. Pendahuluan 1. Guru mempersiapkan siswa untuk berbaris 3 bershaf. 2. guru memberikan salam, mengkondisikan siswa, mengajak dan memimpin berdoa, menanyakan kondisi siswa dan mempresensi siswa. 3. Guru memberikan motivasi pada siswa 4. guru menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode dan penilaian. 5. guru memberikan kata awal dari aktivitas jasmani yaitu pemanasan sebelum mengawali olahraga. 6. Siswa mengelilingi lapangan sebanyak 2 kali putaran Permainan pemanasan tanpa alat	



1.Lari bergandengan tangan

Permainan pemanasan dengan alat

1.Kucing-kucingan bola

B.Inti

1.Mengamati

- Guru menjelaskan Sejarah serta karakteristik Rounders (bola dan pemukul)
- Guru menjelaskan dan mempraktikkan cara memegang Pemukul Rounders.

2.Menanya

- Saat guru selesai menjelaskan dan mempraktikkan, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang akan disampaikan apakah sudah jelas atau belum, apabila tidak ada pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi agar siswa lebih paham.

3.Mencoba

- Siswa melakukan gerakan seperti yang di contohkan guru seperti Cara memegang pemukul rounders
- Siswa mempraktikkan cara Melempar dan menangkap bola rounders (lemparan bola rendah, lurus dan melambung).
- Siswa melakukan lemparan tangkap secara berpasangan yaitu dengan bola melambung, rendah dan bola datar.

	Macam-macam teknik memukul bola dengan ayunan  Teknik memukul bola dengan ayunan  Teknik memukul bola tanpa ayunan 	4.Mengasosiasi ➤ Siswa dapat merasakan gerakan koordinasi di alam ayunan memukul, posisi kaki dan melempar bola rounders . ➤ Siswa melakukan gerakan secara berulang-ulang agar dapat merasakan gerakan koordinasi melalui tahapan posisi kaki, melempar dan memukul bola rounders 5.Mengkomunikasikan ➤ Siswa di bagi 2 kelompok ➤ Siswa Melakukan permainan rounders dengan teknik yang telah di praktikan sebelumnya. C.Penutup ➤ Siswa di kondisikan membentuk lingkaran kecil saling bergandengan tangan. ➤ Kemudian siswa Melakukan pendinginan melalui pelepasan tangan dan kaki ➤ Siswa di suruh duduk sambil kaki diluruskan ,kemudian guru memberikan pernyataan penutup mengenai materi yang di ajarkan. ➤ Siswa di suruh berdoa kemudian di bubarkan.	
--	--	--	--

a.Tes Sikap (Afektif)

penilaianafektif (Affective Behaviors)

Tessikap (Afektif) dapatdilakukanselamasiswamelakukanpembelajaranPendidikanJasmani di sekolah.Unsur-unsur yang dinilai :kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percayadiri, dansportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	Nilai	
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas					
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
1.																						
2.																						
3.																						
4.																						
5.																						
6.																						
7.																						
8.																						
9.																						
10																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																						

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianAfektif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

c. TesPengetahuan (Kognitif)

format penilaianpembelajaran Bola kecil.

No .	NamaSiswa	Butir-butirPertanyaan									Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		

1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15												

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianKognitif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

d. RekapitulasiPenilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAkhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							

6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{3}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Guru Pamong

Yogyakarta, 18 Agustus 2014

Praktikan

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

Nim : 11604221022

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:

DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester/Tema	: V (lima)/I (satu)/
Alokasi Waktu	:4 x 35 Menit
Materi Pokok	: Kesehatan

Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis, dan kritis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi Dasar

- 3.9 Memahami manfaat pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.
- 4.9 Menceritakan cara pemeliharaan kebersihan alat reproduksi

Indikator

- 3.9.1 Menjelaskan cara menjaga kebersihan alat reproduksi.
- 3.9.2 Mengetahui masa pubertas pada laki-laki dan perempuan.
- 4.9.1 Menjelaskan perubahan yang terjadi pada masa pubertas laki-laki dan perempuan.

Tujuan Pembelajaran:

1. Anak mampu menjelaskan cara menjaga kebersihan alat reproduksi.
2. Anak mampu mengetahui masa pubertas pada laki-laki dan perempuan.
3. Anak mampu menjelaskan perubahan yang terjadi pada masa pubertas laki-laki dan perempuan.
4. Anak mampu menjaga keselamatan dirinya.

Materi Pembelajaran

- Kesehatan Reproduksi

Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Komando
- Pemberian tugas
- Tanya Jawab
- Latihan
- Pendekatan: *scientific*

Media Pembelajaran:

- Power point
- Laptop
- LCD

Sumber Pembelajaran:

- Silabus
- Buku Panduan Guru SD
- Internet

Langkah-langkah Pembelajaran:

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
--------	----------	--------	----------------

	Pendahuluan • Guru mengucapkan salam • Guru mengajak semua siswa berdoa menurut agama dan keyakinan masing masing dengan meminta salah satu siswa untuk memimpin • Guru melakukan presensi kehadiran siswa • Menanyakancita-citasiswa • Menyiapkan alat peraga • Apersepsi: ✓ Menginformasikan tema yang akan dibelajarkan INTI • Siswa mendengarkan penjelasan guru tentang caramenjagakebersihanalatreproduksi. • Siswamenyimakdan mencatat penjelasan guru mengenai caramenjagakebersihanalatreproduksi : 1. membersihkan organ kelamin saat mandidansetelah buang air, 2. membersihkan organ kelamindengantangan yang bersih, 3. selesaidisiram dandibersihkan selaludikeringkan dengan handuk, 4. tangan harus segera dicuci lagidengansabun begituselesai membersihkan tadi, 5. jangan menggaruk-garuk daerah kelamin, 6. selalu memakaicelana dalam yang bersih, kering, agar kuman penyakit tidak masuk	• Komando • ceramah • ceramah • tanya jawab	• Kedisiplinan • Religius dan kejujuran • Semangat • Menghargai • Toleransi • Semangat • Mendengarkan penjelasan
--	---	--	--

Mengetahui:
Guru Penjaskes

Delegan, 15 Juli 2014
Praktikan

BIMA ANDIANSYAH

DANANG PRASETYO N
11604221022

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:
DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: Sekolah Dasar (SD)
Nama Sekolah	: SD Negeri Delegan 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan olahraga
Kelas/Semester	:V (Lima)/1(satu)
Materi Pokok/Tema	:Permainan bola besar (bola basket) /Bermain dengan benda-benda di sekitar
Alokasi waktu	: 4 x 35
Hari/Tanggal	: Rabu, 27 Agustus 2014

Kompetensi Inti :

- 1.Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- 2.Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangganya serta cinta tanah air.
- 3.Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahunya tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
- 4.Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis, dan kritis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Kompetensi dasar (KD) dan Indikator

PJOK

3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar

- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.

INDIKATOR

- 3.1.1 Mengetahui Konsep Variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola basket yang dimodifikasi.
- 4.1.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola basket yang dimodifikasi.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan bola basket yang dimodifikasi.
2. Siswa mampu bersikap disiplin selama melakukan aktivitas fisik dalam permainan bola basket yang dimodifikasi.
3. Siswa mampu Melakukan passing di depan dada secara berpasangan.
4. Siswa mampu melakukan passing diatas kepala secara berpasangan.
5. Siswa mampu melakukan shooting ke ring yang telah di siapkan.
6. Siswa dapat bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi dan menjunjung tinggi sportivitas.
7. Siswa dapat melakukan dan memahami permainan bola basket yang dimodifikasi.

B.Materi Ajar/Pembelajaran

Permainan bola Besar /Bola Basket

C.Pendekatan/strategi/metode pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Eksperimen(praktek),Demonstrasi,tanya jawab.

D.Media/Alat dan sumber pembelajaran

1. Media :
2. Alat :

- Peluit

- Kun

- Simpai

- Bola tangan

-bola basket

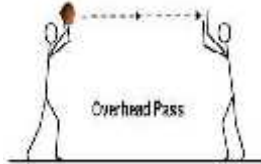
- 3.Sumber Belajar

- Buku PENJASKES kelas V

Sekolah Dasar

E.Langkah-langkah pembelajaran

No	Formasi	Penjelasan	Keterangan
1	Y X X X X XX X X X 2KALI → ↑ ↓	A.Pendahuluan 1. Guru mempersiapkan siswa untuk berbaris 2 bershaf 2.guru memberi salam mengkondisikan siswa ,mengajak dan memimpin berdoa,menanyakan kondisi siswa dan menmpresensi siswa 3.Guru memberi motivasi pada siswa 4.guru menyampaikan kompetensi dasar,tujuan pembelajaran,metode dan penilaian. 5.guru memberi tingkat awal dari aktivitas jasmani yaitu pemanasan sebelum mengawali olahraga. 6.Siswa mengelilingi lapangan sebanyak 2 kali putaran	

	  	Permainan pemanasan 1. Kucing-kucingandengantangan Cara permainannyaitudengancara 2 orang siswadipilihmenjadipenjagadan yang lainnyamembuatlingkaranbesar. Yang menjadipenjagaberada di tengah-tengah. Penjagaberusahamerebut bola yang di operkanolehsiswa yang tidakjaga. Apabila bola terebutmaka yang terakhirmemegang bola gentian yang menjadipenjaga B.Inti 1.Mengamati ➤ Guru menjelaskan Sejarah dan Karakteristik umum bola basket. ➤ Guru menjelaskan dan mempraktikan passing depan dada (chest pass). ➤ Guru menyuruh murid untuk berpasangan melakukan passing depan dada secara berpasangan. 2.Menanya ➤ Saat guru selesai menjelaskan dan mempraktikan,siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang akan di sampaikan apakah sudah jelas atau belum,apabila tidak ada pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi agar siswa lebih paham. 3.Mencoba ➤ Siswa Mempraktikan gerakan passing dari atas kepala(overhead pass) secara berpasangan. ➤ Siswa mencoba beberapa gerakan yang telah di contohkan oleh guru untuk di terapkan dalam permainan “bola basket”yang dimodifikasi. 4.Mengasosiasi ➤ Siswa disuruh mempraktikan gerakan	
--	--	---	--

		Sepertimelambungkan,melempar,menangk ap dengan berbagai variasi dan kecepatan.Sehingga saat berlangsung permainan, siswa sudah paham dan mengerti,sebelumnya guru menjelaskan permainannya. ➤ Siswa dapat merasakan gerakan koordinasi melalui rangkaian gerakan yang dilakukan dalam permainan bola bakar. 5.Mengkomunikasikan Permainan bola basket modifikasi ➤ Siswa di bagi 2 kelompok,kemudian melakukan suit antar ketua kelompok. ➤ 2 orang dari masing-masing kelompok menjadi pemegang simpai yang di jadikan ring basket. ➤ Pemain berusaha memasukan bola ke dalam simpai yang di pegang temannya. ➤ Pemegang simpai boleh bergerak sesuai dengan garis yang telah di tentukan. C.Penutup a. Siswa dikondisikan membentuk lingkaran kecil saling bergandengan tangan. Kemudian siswa berputar searah jarum jam dengan menyanyikan lagu sayonara sambil melemaskan kedua tangan dan kaki. b. Doa dan penutup	
--	--	--	--

a. Tes Sikap (Afektif)

penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	N A		
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percayadiri			Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																							

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Afektif = ----- X 100%

Jumlah skor maksimal

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

format penilaian pembelajaran Bola basket.

No	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan			Σ	NA
		Soal No.1	Soal No.2	Soal No.3		

		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15												

Jumlahskor yang diperoleh

PenilaianKognitif = ----- X 100%

Jumlahskormaksimal

d. RekapitulasiPenilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	NamaSiswa	AspekPenilaian			Jumlah	NilaiAkhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							

8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

Jumlahskor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) =

Tiga Aspek Penilaian

Jumlahskor yang diperoleh

=

3

Keterangan :

- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Guru Pamong

Yogyakarta, 27 Agustus 2014

Praktikan

BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

NIM 11604221022

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:
DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SD Negeri Delegan 2
Kelas / Semester : V / 1 (satu)
Tema / Subtema : Peristiwa dalam kehidupan
Alokasi Waktu : 4 x 35 Menit
Hari/Tanggal : Rabu, 10 September 2014

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menghargai, dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, percaya diri, dan cinta tanah air dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, tetangga, dan guru
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan mengamati dan mencoba [mendengar, melihat, membaca] serta menyimpulkan berdasarkan rasa ingintahu secara kritis tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

B. Kompetensi Dasar (KD) dan Indikator

- 4.7 Mempraktikkan satu gaya renang yang berbeda dalam jarak tertentu
- 4.8 Mempraktikkan keterampilan dasar aksi pemberian bantuan keselamatan dengan salah satu gaya yang dikuasai

Indikator

1. Menunjukkan rasa percaya diri dan berani melakukan aktifitas dalam bentuk permainan dalam air
2. Menunjukkan rasa percaya diri dan berani melakukan salah satu gaya dalam renang
3. Menunjukkan rasa tanggung jawab dan berani melakukan pemberian bantuan keselamatan.

C. Materi Ajar

Mengenal salah satu gaya dalam renang

D. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode (Demonstrasi, Pemberian Tugas, Tanya jawab)

Pendekatan : scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi / menalar, dan mengkomunikasikan)

E. Media, sarpras, dan Sumber Pelajaran

Sarpras Penjas :

1. Kolam Renang
2. Koin
3. Peluit

Media : Gambar

Sumber belajar :

- ✓ Buku tematik terpadu kurikulum 2013, Jakarta : Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- ✓ Buku Permainan Tradisional

G. Penilaian

1. Teknik penilaian

- a. Unjuk kerja : mengenal salah satu gaya renang
- b. Penilaian Sikap : Percaya diri, Keberanian

2. Bentuk Instrumen Penilaian

- a. Penilaian untuk kerja / Tes Proses
- Lembar pengamatan untuk Renang

No	Nama Siswa	Aspek yang dinilai															
		Kemampuan Melakukan Gerak sikap awal				Kemampuan saat Melakukan Gerakan				Kemampuan melakukan gerak Sikap akhir				Kemampuan Melakukan Rangkaian gerakan			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	

RUBRIK PENILAIAN GERAKAN RENANG

No	Aspek	SB	B	C	K
1	Sikap Awal	Ambil nafas, luruskan tangan kedepan, tolakan kaki ke dinding, lecutkan kedua kaki	Luruskan tangan, tolakan kaki ke dinding, lecutkan kedua kaki	Tolakan kaki ke dinding, lecutkan kedua kaki	Tidak melecutkan kaki
2	Saat Melakukan	Mengatur nafas, luruskan tangan kedepan, kaki lurus ke belakang, kedua kaki terdapat gerak berlawanan antara tungkai dan lengan.	Mengatur nafas, luruskan tangan kedepan, kaki lurus ke belakang,	Mengatur nafas, luruskan tangan kedepan	Tidak melakukan renang dengan gerakan yang benar
3	Sikap akhir	Mengatur nafas dan memperlambat kombinasi gerakan renang secara bertahap sampai berhenti	Mengatur kombinasi gerakan renang secara bertahap sampai berhenti	Memperlambat gerakan sebelum melewati garis akhir	Langsung berhenti mendadak saat renang

Keterangan :

SB : Sangat Baik

C : Cukup

B : Baik

K : Kurang

b. Penilaian Sikap

Lembar pengamatan terhadap siswa dikelas / sekolah

No	Nama Siswa	Perubahan Tingkah laku					
		Percaya Diri			Keberanian		
		BT	T	M	BT	T	M
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
Keterangan : BT : Belum Terlihat T : Terlihat M : Membudaya Berilah dengan centang () Pada kolom yang sesuai							

Prambanan, 10 September 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

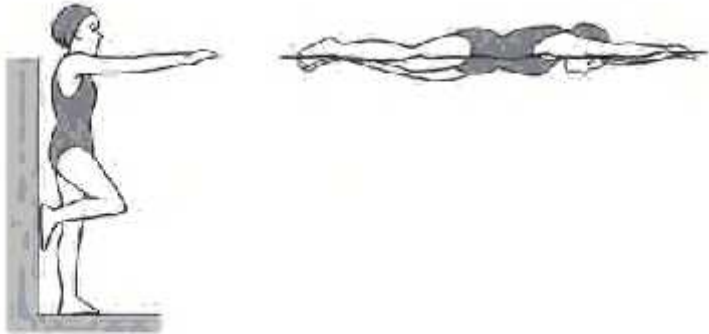
BimaAndiansyah

DanangPrasetyo N

Nim. 11604221022

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Penjelasan / Gambar	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Guru membuka pelajaran dengan menyapa siswa dan menanyakan kabar mereka. 2. Berdoa 3. Guru melakukan presensi 4. Guru memberi motivasi kepada siswa dengan bercerita tentang pentingnya merawat tubuh 5. Guru menyampaikan tujuan yang akan dicapai 6. Guru menyampaikan tema dan skenario kegiatan yang akan di lakukan hari ini 7. Guru memimpin pemanasan dengan permainan	a. Guru mengumpulkan siswa  Gambar 1 : Guru membariskan siswa Permainan Lomba Mengambil Koin Anak di bagi menjadi 2 kelompok, masing-masing kelompok berdiri di tiap dinding kolam, guru melemparkan beberapa koin kedalam kolam diantara masing-masing kelompok, begitu ada aba-aba dari guru siswa berusaha menyelam dan mengambil koin, bagi kelompok yang paling banyak mengambil koin itulah pemenangnya.	25 menit

Inti	1. Melakukan latihan meluncur 2. Melakukan renang gaya bebas 3. Melakukan perlombaan penyelamatan	 Gambar 2 : Lomba Mengambil Coin Siswa berdiri di tepi kolam anak dibagi menjadi beberapa kelompok, begitu ada aba-aba anak meluncur dengan tolakan kaki ke dinding  Gambar 3 : latihan renang gaya bebas dan Meluncur Anak melakukan renang gaya bebas dari satu sisi kolam ke sisi kolam yang lain.	100 menit
------	---	--	-----------



Gambar 4 : Perlombaan Penyelamatan
Anak dibagi menjadi 2 kelompok tiap kelompok berdiri berjajar untuk menyeberangkan salah satu dari anggota kelompoknya, dalam permainan ini yang diseberangkan tidak boleh terjatuh dan tidak boleh di gendong, kekompakan tim sangat dibutuhkan dalam permainan ini.



Gambar 5 : Pendinginan
Anak membuat lingkaran sambil bergandengan anak

Penutup	1. Guru memimpin pendinginan dengan anak membentuk lingkaran 2. Anak diberi kesempatan untuk menyimpulkan kegiatan pembelajaran hari itu 3. Guru menghitung jumlah siswa serta memimpin doa	menyanyikan lagu air di obok-obok  Gambar 6 : Menutup Pelajaran	15 Menit
----------------	---	--	-----------------

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:

DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI(enam)/I (satu)
Tema/Subtema	: Selamatkan Makhluk Hidup
Alokasi Waktu	:4 x 35 Menit
Materi Pokok	: Start Jongkok

Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak.

Kompetensi dasar (KD) dan Indikator

PJOK

- 3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.
- 4.3 mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik jalan, lari, lompat dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional

INDIKATOR

- 3.3.1 Melakukan start jongkok lari jarak pendek dengan baik dan benar.

4.3.1 Mempraktikkan start jongkok lari jarak pendek dengan dilombakan.

Tujuan Pembelajaran:

1. Siswa mampu membiasakan diri untuk berdoa setiap sebelum dan setelah pelajaran
2. Siswa dapat mengerti pentingnya bersyukur atas karunia sehat dari Tuhan
3. Siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan tertib.
4. Siswa dapat melakukan start jongkok lari jarak pendek dengan baik dan benar.
5. Siswa dapat mempraktikkan start jongkok lari jarak pendek yang dilombakan dengan baik dan benar.

Materi Pembelajaran

- Atletik (Start jongkok lari jarak pendek)

Metode Pembelajaran:

- Demonstrasi
- Latihan
- Komando
- Pemberian tugas
- Bermain
- Tanya Jawab

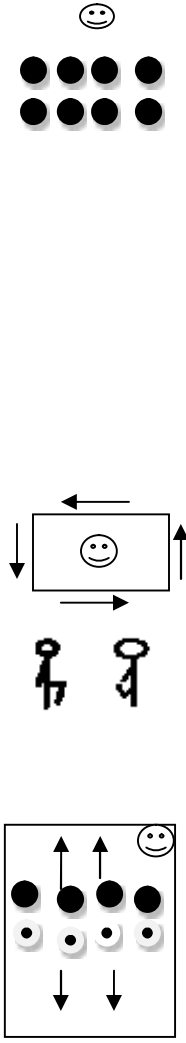
Alat:

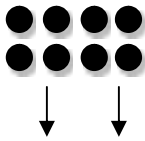
- Kapur
- Cone

Sumber Pembelajaran:

- Silabus
- Buku Panduan Guru SD kelas VI

Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Metode	Unsur Karakter
	Pendahuluan - Guru membariskan siswa menjadi 2 bersaf dan berhitung - Guru memberi salam, berdoa dan mempresensi - Apersepsi: mengkaitkan materi dengan Tema. - PEMANASAN: - Lari biasa keliling lapangan 2 kali kemudian lari keliling lapangan 1 kali sambil angkat paha $\frac{1}{4}$ lapangan, dilanjutkan lari biasa $\frac{1}{4}$ lapangan, dilanjutkan lari angkat tumit $\frac{1}{4}$ lapangan kemudian lari biasa. - Dilanjutkan - Pemanasan dengan permainan ✓ Permainan “Hitam-Hijau” Guru membariskan siswa menjadi 2 bersaf. Kemudian siswa yang berada di baris depan menjadi hitam dan yang di baris belakang menjadi hijau. Apabila guru menyebutkan Hitam maka baris yang hitam tadi yang lari dan yang hijau mengejar sampai kena, begitu juga sebaliknya.	- Komando - Komando - Bermain	- Kedisiplinan - Religius dan kejujuran - Semangat - Semangat, kerja keras
	Inti Kegiatan inti		



1. Mengamati

- Guru mempraktikkan caramelakukan start jongkok yang benar.

2. Menanya

- Guru memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi start jongkok.

3. Mencoba.

- Anakmelakukangerakan yang
sesuaidenganapa yang
telahdiperintahkanoleh guru
dalampenjelasandansimulasi yang
sudahdilakukanoleh guru.

Praktik 1

(Start jongkok)

Cara melakukan:

- Siswadibagimenjadiempatbersaf
- Pertamabaris yang paling depandulu yang melakukan.
- Apabilaada aba-aba “bersedia” siswadariposisiberdirimenjadiberjongkokde ngansalahsatu kaki di depandan kaki satunya di belakang. Kemudianketikaada aba-aba “siap” pantatsiswadiangkatdanketikaada aba-aba “Ya” siswaberlari. Sampaisiswabenaar-benarbisa

Praktik 2 (Perlombaan Start Jongkok Jarak pendek)

Apabila siswa sudah bisa semua maka akan di

- Tanya jawab

- Dimostrare

- Latihan

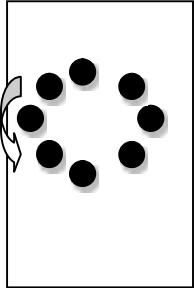
- Bermain

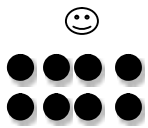
- Rasa ingintahu
- Kerjasama, komunikasi

- Rasa
ingintahu,

- Semangat, kerjakeras,percaya diri

- Sportif,
disiplin, kerja
keras

	lombakanya itu dengan menggunakan start jongkok nanti cepat-cepatan lari dengan jarak 100 m. apabila yang sampai finish duluan itu pemenangnya 4. Menalar - Start jongkok biasanya dipergunakan dalam lari apa? 5. Menyaji Siswa dapat mengamalkan gerakan start jongkok. 6. Mencipta ▪ Kegiatan Penutup Pendinginan 1. Bernyanyi Sayonara ➤ Siswa berdiri membuat lingkaran. ➤ Menyanyikan lagu Sayonara “<i>Gelang sipaku gelang, gelang si rama rama mari pulang marilah pulang bersama sama. Sayonara sayonara sampai berjumpa pulang (2x). buat apa susah buat apa susah, susah itu tak ada gunanya (2x)</i>” ➤ Bernyanyi sambil bertepuk tangan dengan berjalan berputar. Evaluasi dan Pemberian Tugas ➤ Membentuk formasi setengah lingkaran. ➤ Anak dipersilahkan untuk duduk - Guru memberikan evaluasi 1. Afektif	
---	---	--

	Bagaimana kalian menunjukkan rasa bersyukur? 2. Kognitif Jelaskan bagaimanacaramelakukan start jongkok yang baikdanbenar? 3. Psikomotor Gerakdasar atletikcabang lari jarak pendek dengan menggunakan start jongkok. - Guru memberikantugas - Siswa dibariskan menjadi 2 bersaff - Berdo'adanpenutup	Σ Pemberi antugas Σ komando	• Religius
---	---	--	-------------------

Mengetahui:
Guru Penjaskes

Delegan, 12 Agustus 2014
Praktikan

BIMA ANDIAN SYAH, A.Ma

DANANG PRASETYO N
11604221022

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)



Oleh:
DanangPrasetyo N (11604221022)

PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: Sekolah Dasar (SD)
Nama Sekolah	: SD N Delegan 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan olahraga
Kelas/Semester	: 6 (Enam)/1(satu)
Materi Pokok/Tema	: Permainan bola kecil (bola bakar) /Persatuan dalam perbedaan
Alokasi waktu	: 4 x 35

Kompetensi Inti :

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menyimpulkan berdasarkan rasa ingintahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis 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 (KD) dan Indikator

PJOK

- | | | |
|-----|--|---------------------|
| 3.2 | Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol | non-lokomotor, yang |
| | baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil. | |
| 4.2 | Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol | non-lokomotor, yang |
| | baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil. | |

INDIKATOR

- 4.2.1 Mengetahui Konsep Variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dalam permainan dan atau olahraga tradisional bola bakar.
- 4.2.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola bakar.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menumbuhkan perilaku sportif dalam permainan “bola bakar”.
2. Siswa mampu bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan bola bakar.
3. Siswa mampu sikap disiplin selama melakukan aktivitas fisik dalam permainan bola bakar.
4. Siswa mampu melambungkan bola dengan berbagai arah dan kecepatan.
5. Siswa mampu melemparkan bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan.
6. Siswa mampu menangkap bola dengan berbagai variasi arah dan kecepatan.
7. Siswa mampu memukul objek yang dilambungkan dari berbagai arah dan kecepatan.
8. Siswa dapat bermain bola dengan peraturan yang dimodifikasi dan menjunjung tinggi sportivitas.
9. Siswa dapat melakukan dan memahami permainan bola bakar.

B. Materi Ajar/Pembelajaran

Permainan bola kecil /Bola Bakar

C. Pendekatan/strategi/metode pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific
2. Metode : Eksperimen(praktek), Demonstrasi, tanya jawab.

D. Media/Alat dan sumber pembelajaran

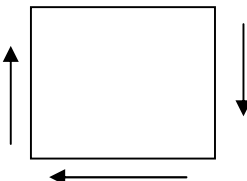
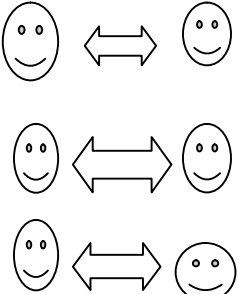
1. Media :
2. Alat :

- Peluit
- Kun
- Kardus
- Simpai
- Tongkat Pramuka
- Bola Kasti

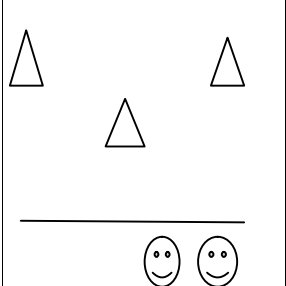
3. Sumber Belajar

- Buku PENJASKES kelas 6 Sekolah Dasar

E. Langkah-langkah pembelajaran

No	Formasi	Penjelasan	Keterangan
1	Y X XXX XX X X X 2KALI →  	A. Pendahuluan 1. Guru mempersiapkan siswa untuk berbaris 2 bershaf 2. guru memberisalam mengkondisikan siswa, mengajak dan memimpin berdoa, menanyakan kondisi siswa dan menmpres siswa 3. Guru memberimotivasi pada siswa 4. guru menyampaikan kompetensi dasar, tujuan pembelajaran, metode dan penilaian. 5. guru memberitingkat awal dari aktivitas jasmani yaitu pemanasan sebelum mengawali olahraga. 6. Siswa mengelilingi lapangan sebanyak 2 kali putaran Permainan pemanasan tanpa alat 1. Permainan pemanasan dengan alat 1. Kucing-kucingan bola 2. B. Inti 1. Mengamati ➤ Guru menjelaskan dan mempraktikkan beberapa gerakan seperti melambungkan, melempar, menangkap dan memukul bola dalam permainan bola bakar. ➤ Guru	

		menjelaskan dan mempraktikkan Kombinasi pola gerak dasar dalam permainan sederhana dan tradisional “bola bakar” 2. Menanya ➤ Saat guru selesai menjelaskan dan mempraktikkan, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang akan disampaikan apakah sudah jelas atau belum, apabila tidak ada pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan dari siswa guru memberikan pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi agar siswa lebih paham. 3. Mencoba ➤ Siswa melakukan gerakan seperti apa yang telah dijelaskan dan dipraktikkan oleh guru Seperti melambungkan, melempar, menangkap dengan berbagai variasi dan kecepatan. ➤ Siswa mencoba beberapa gerakan yang telah dicontohkan oleh guru untuk diterapkan dalam permainan “bola bakar” 4. Mengasosiasi ➤ Siswa disuruh mempraktikkan gerakan Seperti melambungkan, melempar, menangkap dengan berbagai variasi dan kecepatan. Sehingga saat berlangsung permainan, siswa sudah paham dan mengerti, sebelumnya guru menjelaskan permainannya. ➤ Siswa dapat merasakan gerakan koordinasi seluruh rangkaian gerakan yang dilakukan dalam permainan bola bakar. 5. Mengkomunikasikan	
--	--	--	--

	Permainan bola bakar ➤ Siswa di bagi 2 kelompok, kemudian melakukan suit antarketua kelompok ➤ Kelompok yang kalah menjadi penjaga, dan kelompok yang menang menjadi pemain. ➤ Kelompok yang di matikan sejumlah 5 kali maka terjadi tukar bebas. ➤ Kelompok yang menjadi pemenang yaitu kelompok yang paling banyak mengumpulkan poin.
	C. Penutup - Siswa dikondisikan membentuk lingkaran ke cilsaling bergandengan tangan. Kemudian siswa berputar searah jarum jam dengan menyanyikan lagu sayonara sambil melemaskan kedua tangan dan kaki. - Dodaan penutup

- Siswa di bagi 2 kelompok, kemudian melakukan suit antarkelompok
- Kelompok yang kalah menjadi penjaga, dan kelompok yang menang menjadi pemain.
- Kelompok yang di matikan sejumlah 5 kali maka terjadi tukar bebas.
- Kelompok yang menjadi pemenang yaitu kelompok yang paling banyak mengumpulkan poin.

- a. Siswadikondisikanmembentuklingkaranke
cilsalingbergandatangan.
Kemudiansiswaberputarsearahjarum jam
denganmenyanyikanlagu sayonara
sambilmelemaskankeduatangandan kaki.
- b. Doadanpenutup

- a. Tes Sikap (Afektif)
penilaian afektif (Affective Behaviors)

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai						Σ	Nilai
		Kerjasama	Kejujuran	Menghargai	Semangat	Percaya diri	Sportivitas		

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18

$$\text{PenilaianAfektif} = \frac{\text{Jumlah Skor Afektif}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

format penilaian pembelajaran permainan Bola bakar.

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan									Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.												
2.												

3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15												

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

d. Rekapitulasi Penilaian

1. TOTAL NILAI :

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							

5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlahskor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}} = \frac{\text{Jumlahskor yang diperoleh}}{3}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai (A) Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai (B) Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai (C) Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai (D) Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai (E) Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Guru Pamong

BimaAndiansyah

Yogyakarta, 2 September 2014

Praktikan

DanangPrasetyo N

Nim : 11604221022