

**LAPORAN
PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SEKOLAH DASAR NEGERI DELEGAN 2
PRAMBANAN**



**OLEH
GINANJAR AHMAD SYAHROJI
11604221033**

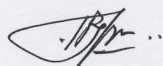
**PGSD PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014/2015**

HALAMAN PENGESAHAN

**PRAKTEK PENGALAMAN LAPANGAN
DI SEKOLAH DASAR NEGERI DELEGAN 2
PRAMBANAN**

OLEH
GINANJAR AHMAD SYAHROJI
11604221033

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 adanya bantuan dari berbagai pihak tidak akan 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

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 dikampus. 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 dunai nyata setekah 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 HANAFAI	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 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
Rabu, 13 Agustus 2014	Permainan bola kecil	V
Kamis, 14 Agustus 2014	Gerak dasar lokomotor	III
Selasa, 19 Agustus 2014	Permainan bola besar	VI
Jumat, 22 Agustus 2014	Gerak dasar lokomotor	I
Senin, 25 Agustus 2014	Bola besar (Sepak Bola)	IV

b. Mandiri

Hari/Tanggal	Materi Pelajaran	Kelas
Kamis, 28 Agustus 2014	Gerak non-lokomotor	III
Senin, 1 September 2014	Gerak dasar lokomotor	IV
Selasa, 16 September 2014	Gerak dasar renang	VI

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 Delegan 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 profesional.

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 professional 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 KKN	Juli			Agustus					September			Jml Jam	
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI		XII
Program Kelompok														
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			12	12	12	6	12	12		72
	Pelaksanaan			4			8	8	8	4	8	8		48
	Evaluasi dan Tindak Lanjut			2			4	4	4	2	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

Ginangjar Ahmad S
NIM : 11604221033



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 : Ginanjar Ahmad S
NO. MAHASISWA : 11604221033
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	Kurang lancar	Mahasiswa masih bingung dalam pengelompokan kategori buku.	Bertanya kepada tenaga perpustakaan
3	Jumat, 4 Juli 2014	Penerimaan siswa baru 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	Belum mengenal karakter siswa	Konsultasi dengan guru pembimbing
8	Rabu, 16 Juli 2014	Membantu mengajar kelas V	KBM Berjalan lancar		
9	Kamis, 17 Juli 2014	Mengajar kelas III	KBM Berjalan lancar	Belum mengenal karakter siswa	Konsultasi dengan guru pembimbing
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	Membantu mengajar kelas II 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	Mengenal karakter siswa dan bersikap tegas terhadap siswa
		Ekskul TIK	Kurang lancar	Sebagian siswa kurang memperhatikan	Menegur dan menasehati siswa yang kurang memperhatikan
17	Selasa, 12 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas VI Mengecek keperluan yang kurang dalam UKS	Berjalan dengan lancar		
18	Rabu, 13 Agustus 2014	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 III 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	Membantu Mengajar kelas IV Ekskul TIK			
24	Selasa, 19 Agustus 2014	Mengajar kelas VI Membersihkan ruang UKS	KBM Berjalan lancar		
25	Rabu, 20 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan ruang UKS	Anak bisa mengerti dan memahami tentang materi yang diberikan		
26	Kamis, 21 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas II Membersihkan ruang UKS			
27	Jumat, 22 Agustus 2014	Senam pagi bersama 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	Mengajar kelas IV Ekskul TIK Membantu mengajar kelas VI	Kurang lancar KBM Berjalan dengan lancar	Kurangnya komputer yang tersedia	Anak bergantian dalam praktek komputer
31	Rabu, 27 Agustus 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan UKS			
32	Kamis, 28 Agustus 2014	Mengajar kelas III Membersihkan UKS			
33	Jumat, 29 Agustus 2014	Senam pagi bersama Membantu 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	Mengajar kelas IV Ekskul TIK	KBM berjalan dengan lancar		
36	Selasa, 02 September 2014	Membantu mengajar kelas VI Membersihkan ruangan UKS			
37	Rabu, 03 September 2014	Membantu mengajar kelas V Membersihkan ruangan UKS	KBM Berjalan dengan lancar		
38	Kamis, 04 September 2014	Membantu mengajar kelas II Membersihkan ruangan UKS			
39	Jumat, 05 September 2014	Melaksanakan senam pagi bersama Membantu mengajar kelas I			
40	Sabtu, 06 September 2014	Pengisian data untuk persiapan BIAS Penataan buku di perpustakaan Pelatihan ping pong			
41	Senin, 08 September	Upacara Bendera			

	2014	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	Membantu mengajar kelas V	Siswa merasa senang sekali dalam pembelajaran kali ini		
44	Kamis, 11 September 2014	Mengajar kelas II Memperbaiki bak pasir lompat jauh	KBM berjalan dengan lancar		
45	Jumat, 12 September 2014	Melaksanakan senam pagi bersama Mengajar kelas I			
46	Sabtu, 13 September 2014	Memperbaiki bak pasir Pelatihan ping pong			
47	Senin, 15 September	Upacara Bendera			

	2014	Mengajar kelas IV Ekskul TIK	KBM berjalan dengan lancar		
50	Selasa, 16 September 2014	Mengajar kelas VI Mendampingi anak lomba MTQ	KBM berjalan dengan lancar		
51	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

Ginanjari Ahmad S
NIM. 11604221033

LAMPIRAN FOTO-FOTO



Pembelajaran Penjas di Lapangan



Renang



Pembelajaran di Kelas



Senam Pagi Setiap Hari Jumat



HAORNAS

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : Sekolah Dasar

Kelas / Semester : 5 / 1 (satu)

Tema / Subtema : Benda – Benda di Lingkungan Sekitar / Wujud Benda dan cirinya

Alokasi Waktu : 4 x 45 menit

Hari Tanggal : Jum'at, 18 Agustus 2014

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan 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 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 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

3.2 memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil

4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang

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

INDIKATOR

3.1.1 Menyebutkan cara melakukan berbagai keterampilan melempar, menangkap, memukul dan mengoper keteman

4.1.1 Menggunakan berbagai keterampilan untuk melempar, menangkap, memukul dan mengoper keteman

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 untuk disiplin.
4. Dengan mempelajari teknik dasar bermain kasti siswa terampil dalam mempraktikkan teknik dasar bermain kasti dengan benar dan sportif.

D. Materi Pembelajaran

1. Gerakan pemanasan
2. Gerakan dasar permainan kasti

E. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode (ceramah, demonstrasi, penugasan, tanya jawab)

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

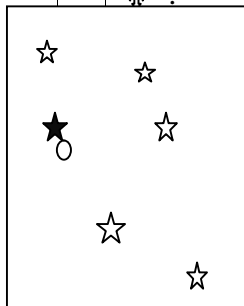
F. Media, Alat, dan Sumber Pelajaran

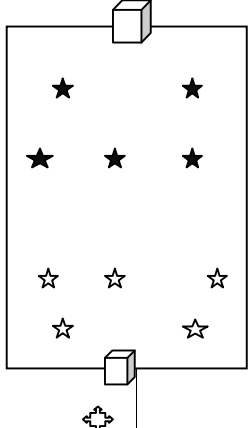
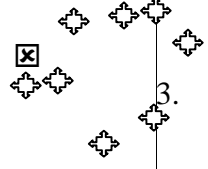
Media : gambar

Sarpras Penjas : Bola kasti, pemukul kasti dan kun

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan (10menit) ☆ ☆ ☆ ☆ Ket: ☆ : peserta didik ☆ :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 2. Berdo'a 3. Guru melakukan presensi 4. Apersepsi <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjuk gambar orang sedang bermain kasti 2. 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 skenario kegiatan yang akan dilakukan hari ini 8. Guru memimpin pemanasan dengan permainan sederhana <ol style="list-style-type: none"> Guru membuat lapangan persegi yang ukurannya disesuaikan dengan jumlah siswanya. Kemudian menunjuk dua siswa untuk menjadi pasang dan anak yang lain menjadi pelari. Pasang bertugas untuk melemparkan 	Komando Komando Ceramah Tanya jawab ceramah Ceramah Tanya jawab	Disiplin, patuh Santun disiplin tanggung jawab - disiplin tanggung jawab



<p>☒</p>  <p>Ket :</p> <p>☒ : guru</p> <p>☆ : pemain</p>		<p>nstrasi Penugasan</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p>	<p>tanggungjawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggungjawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggungjawab</p>
<p>3 Penutup (7 Menit)</p>  <p>x xxxxxxxxx xx x xxxxxxxxx xx</p> <p>☒ Dalam posisi berdiri</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil 2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu sayonara dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah. 3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran permainan bola kecil (kasti) 4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep permainan kecil / kasti 5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan <ol style="list-style-type: none"> 1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi 2. Kognitif : guru menanyakan kembali teknik yang telah dipelajari kepada peserta didik 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya. 6. Guru memberitugasebagaitindaklanjuti 7. Guru 	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggungjawab</p> <p>patuh, keberanian, disiplin, tanggungjawab</p> <p>keberanian</p> <p>teliti, tanggung</p>

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI / I
Tema/Subtema	: Persatuan Dalam Perbedaan
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

A. 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, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, 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.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 3.7 Mengetahui konsep ketrampilan satu gaya renang dengan koordinasi yang baik dan dasar penyelamatan terhadap orang lain
- 4.7 mempraktikkan ketrampilan satu gaya renang dengan koordinasi yang baik dan dasar penyelamatan terhadap orang lain

Indikator :

- 1.1.1 Mensyukuri nikmat sehat
- 1.1.2 Mensyukuri keadaan anggota tubuhnya

- 2.1 Menunjukkan rasa percaya diri dan berani melakukan aktifitas permainan didalam air
- 3.7 Menunjukkan rasa tanggung jawab dan berani melakukan pemberian bantuan keselamatan.
- 4.7 Melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar renang melalui permainan sederhana.

C. Tujuan Pembelajaran:

1. Siswa menunjukkan perilaku bersyukur dengan berdoa sebelum dan sesudah pelajaran dengan hidmat.
2. Siswa menunjukkan sikap percaya diri dan berani mempraktikan gerakan dengan benar
3. Siswa mampu memahami konsep gerak dasar renang
4. Siswa dapat menjelaskan konsep variasi gerakan renang
5. Dengan mengikuti arahan guru, siswa mampu melakukan gerakan renang gaya bebas

D. Karakter Siswa yang diharapkan :

- ✓ Disiplin (dicipline)
- ✓ Tanggungjawab (responsibility)
- ✓ Toleransi (tolerance)
- ✓ Percaya diri (confidence)

F. Alokasi Waktu :

(4 x 35 menit)

G. Materi Pembelajaran

1. Gerak dasar lokomotor dan non lokomotor

H. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode (Demonstrasi, Pemberian Tugas, Tanya jawab)

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

I. Media, sarpras, dan Sumber Pelajaran

Sarpras Penjas :

1. Cone
2. Bola Plastik
3. Pipa berlubang
4. Koin
5. Peluit

Sumber belajar :

- ✓ Buku tematik terpadu kurikulum 2013, Jakarta : Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- ✓ kelas 4 Penjas Orkes Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kurniadi, dkk (2010)

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

1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

Keterangan :

BT : Belum Terlihat

T : Terlihat

M : Membudaya

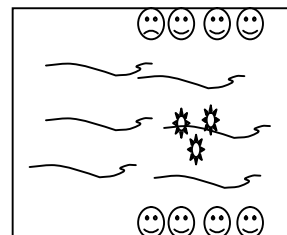
Berilah dengan centang () Pada kolom yang sesuai

pemenangnya.

KEGIATAN INTI

1. Guru mengkondisikan siswa untuk duduk didinding kolam. Dengan posisi kaki menjulur melakukan gerakan naik turun di air.
2. Siswa masuk kolam dan tetap memegang dinding kolam sambil mengitari kolam sebanyak satu kali,
3. 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.



105 mnt

Demonstrasi,
Komando &
Tugas

Demonstrasi,
Komando &
Tugas

<p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa mengamati pada saat guru memberikan contoh gerakan lokomotor. <p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa menanyakan kepada guru tentang hal-hal yang belum paham. <p>3. Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa mencoba melakukan gerakan seperti apa yang telah dilakukan atau yang diperintahkan oleh guru. <p>4. Mengasosiasi</p> <p>Siswa dapat melakukan gerakan dengan benar</p> <p>5. Mengkomunikasi</p> <p>Siswa dapat menjalankan semua gerakan yang diajarkan guru dengan benar.</p>			<p>Demonstrasi</p> <p>Tugas</p>
<p>PENUTUP</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa dikondisikan membentuk lingkaran kecil saling bergandengan tangan. Kemudian siswa berjalan berputar searah jarum jam dengan menyanyikan lagu nenek moyangku sambil melemaskan kedua tangan dan kaki. Dibariskan, berhitung, berdoa, 		<p>15 mnt</p>	<p>Demonstrasi</p> <p>Diskusi</p>

dan guru membubarkan barisan.			
-------------------------------	--	--	--

I. Evaluasi

1. Siapa tadi yang tidak berdoa ?
2. Siapa yang tahu apa saja kegunaan air?
3. Siapa tadi yang tidak menjalankan perintah pak guru dengan baik ?

Mengetahui:

Guru Pembimbing

Bima Andiansyah,A.Ma

Jogjakarta, 16 September 2014

Praktikan

Ginanjari Ahmad S

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : Sekolah Dasar
Kelas / Semester : 6 / 1 (satu)
Tema / Subtema : Selamatkan MakhluK Hidup
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit
Hari Tanggal : Selasa, 19 Agustus 2014

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan 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 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 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 memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar
- 4.1 Mempraktikan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam kontrol yang baik dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.

INDIKATOR

- 3.1.1 Menyebutkan cara melakukan berbagai ketrampilan untuk mengambil posisi, mencetak angka, dan mengoper ke teman
- 4.1.1 Menggunakan berbagai ketrampilan untuk mengambil posisi, mencetak angka, dan mengoper keteman

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 inti dengan penuh sikap disiplin
4. Dengan mempelajari teknik dasar bermain bola basket siswa terampil dalam mempraktikkan teknik dasar bermain bola basket dengan benar dan sportif.

D. Materi Pembelajaran

1. Gerakan pemanasan
2. Gerak dasar permainan bola basket

E. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode (ceramah, demonstrasi, penugasan, tanya jawab)

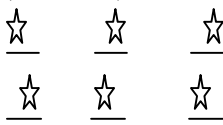



Pendekatan : scientific (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi / menalar, dan mengkomunikasikan)

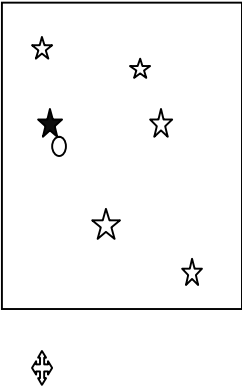
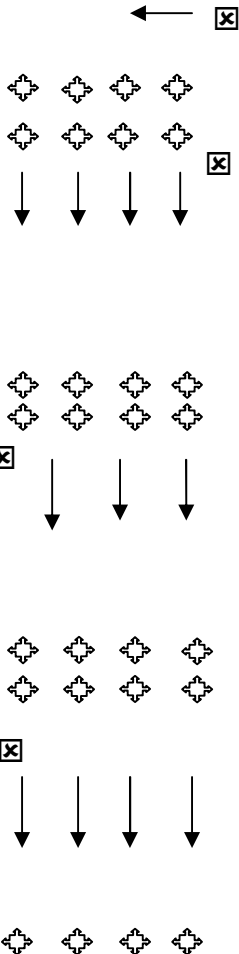
F. Media, Alat, dan Sumber Pelajaran

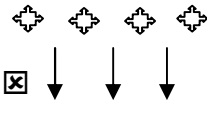
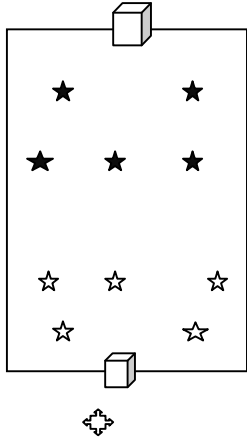
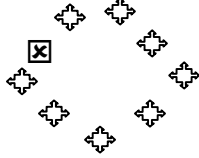
Media : gambar

Sarpras Penjas : Bola Basket

G. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan (10menit)   Ket:  : peserta didik  : Guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 2. Berdo'a 3. Guru melakukan presensi 4. Apersepsi <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar orang sedang bermain basket 2. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar orang sedang melakukan pemanasan 5. Guru menyampaikan tujuan yang akan dicapai 6. Guru menyampaikantujuan yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan sekenario kegiatan yang akan 	Komando Komando Ceramah Tanya jawab dan ceramah Ceramah Tanya jawab Ceramah Ceramah Ceramah	Disiplin, patuh Santun disiplin tanggung jawab - disiplin tanggung jawab disiplin tanggung jawab disiplin tanggung jawab

		<p>dilakukan hari ini</p> <p>8. Guru memimpin pemanasan dengan permainan sederhana Guru membuat lapangan persegi yang ukurannya disesuaikan dengan jumlah siswanya. Kemudian meneunjuk salah satu siswa untuk menjadi pasang dan anak yang lain menjadi pelari. Pasang bertugas untuk melemparkan bola mengenai sasaran yaitu pelari. Pelari berlari untuk menghindaribola yang dilempar oleh pasang. Jika ada pelari yang terkena bola maka pelari tersebut menjadi pasangbersama pasang yang tadi ditunjuk begitu seterusnya sampai pelari berubah menjadi pasang semuanya.</p>	<p>Komando penugasan</p>	<p>jawab</p>
<p>2</p>	<p>Inti (53 menit) Posisi barisan lurus xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx</p> 	<p>1. Guru gerakan mengoper bola dari atas kepala</p> <p>2. Peserta didik mempraktikan gerak mengoper bola dari atas kepala dimulai dari barisan yang paling depan kemudian kembali kebarisan dan berbaris di barisan paling belakang</p> <p>3. Guru memberikan contoh cara mengoper bola dari depan dada</p> <p>4. Peserta didik mencoba mempraktikan gerakan mengoper bola dari depan dada</p> <p>5. Guru memberikan contoh mengoper bola dengan memantulkan bola</p> <p>6. Peserta didik mencoba mempraktikan gerakan seperti yang guru contohkan</p> <p>7. Guru mempraktikan menangkap</p>	<p>Komando</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p> <p>Demonstrasi</p>	<p>Disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai,</p>

	  <p>Ket :</p> <p>⊕ : guru</p> <p>☆ : pemain</p>	<p>8. bola</p> <p>Peserta didik mencoba mempraktikkan gerakan menangkap bola seperti yang guru contohkan</p> <p>9. Guru menjelaskan cara bermain permainan lampu</p> <p>Cara bermain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru membagi siswanya menjadi dua kelompok, kemudian diundi siapa yang menang dan siapa yang kalah. Yang menang diberi bola dan permainan dimulai. Cara bermainnya, setiap regu harus memainkan bola dengan cara dilempar atau dioper – operkan kepada teman satu timnya untuk dimasukan kedalam gardus yang telah disediakan. Siapa yang dapat memasukan bola ke gardus lawan paling banyak maka dialah pemenangnya. Gardus tidak boleh dijaga oleh pemain. 	<p>Penugasan</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p>	<p>jujur, disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>
<p>3</p>	<p>Penutup (7 Menit)</p>  <p>x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x</p> <p>⊕</p> <p>Dalam posisi berdiri</p>	<p>1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil</p> <p>2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu kidang dengan bertpuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah.</p> <p>3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran permainan bola besar (basket)</p> <p>4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep permainan bola besar / basket</p> <p>5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi 2. Kognitif : guru menanyakan kembali teknik yang tadi telah dipelajari kepada 	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Penugasan Komando</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggung jawab</p> <p>patuh, keberanian, disiplin, tanggung jawab keberanian</p> <p>teliti, tanggung jawab tanggung jawab patuh, disiplin</p>

		peserta didik 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya.		
		6. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut	Komando	patuh, disiplin patuh, disiplin
		7. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran	Komando	

H. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikkan gerakan kurang memperhatikan buguru?
2. Siapa yang tahu tehnik apa saja yang harus dipelajari untuk bermain basket?
3. Ayo siapa yang berani maju kedepan untuk mempraktikkan gerakan yang tadi buguru contohkan?

Guru Pembimbing

Bima Andiansyah

Jogjakarta,19 Agustus 2014

Praktikan

Ginanjat Ahmad S
NIM. 13604227008

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SDN DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester/Tema	: II (dua)/I (satu)/Hidup Rukun
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit
Jumlah Siswa	: Anak
Materi Pokok	: Gerak Lokomotor

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 mulia.

Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan.
- 2.1 Menunjukkan kerjasama, percaya diri dan berani dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan.

4.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau permainan tradisional.

Indikator

1. Siswa membaca do'a sebelum dan sesudah belajar.
2. Siswa dapat mensyukuri tubuh dengan seperangkat gerak dan kemampuan yang dimiliki sebagai anugerah dari Tuhan.
3. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari bolak balik dengan mengambil benda.
4. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari bolak balik dengan mengambil benda secara beregu.

A. Tujuan Pembelajaran:

1. Menanamkan dan menerapkan sikap religius kapanpun dan dimanapun berada dan selalu bersyukur atas apa yang telah dimiliki oleh tubuhnya.
2. Siswa berperilaku baik (kerja sama, percaya diri, berani, jujur,) dalam berinteraksi dengan teman dan guru.
3. Siswa mampu melakukan lari bolak-balik dengan mengambil benda jarak 5 meter.
4. Siswa mampu melakukan lari bolak-balik dengan mengambil benda jarak 5 meter dengan beregu.

B. Materi Ajar (Materi Pokok):

Gerak Locomotor

C. Metode Pembelajaran:

- Demonstrasi
- Komando

- Tugas

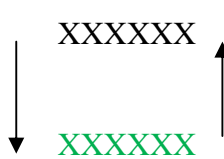
D. Media / Alat

Buku : Rangkuman pengetahuan penjas-orkes

Alat :

- ✓ Bola tenis 10 Buah
- ✓ kun 10 Buah
- ✓ Peluit 1 Buah

E. Langkah- Langkah Pembelajaran

Kegiatan	Gambar	Alokasi Waktu	Metode
<p>PENDAHULUAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik dibariskan menjadi 3 bershaf. 2. Berdo'a bersama dipimpin oleh guru 3. Diadakan presensi. 4. Pemanasan, adapun siswa melakukan pemanasan tanpa alat dan dengan alat, sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Permainan Hitam-Hijau <ol style="list-style-type: none"> a) Siswa dibariskan 2 bershaf, guru berada disamping barisan paling kiri. b) Guru memberi aba-aba jika menyebut hijau, maka kelompok hijau harus berlari menuju garis bebas. Sedangkan kelompok hitam harus menangkap kelompok hijau yang sedang berusaha 	<p style="text-align: center;">X</p> <p style="text-align: center;">XXXXXX XXXXXX XXXXXX</p> <p style="text-align: center;">  </p>		<p>Demonstrasi, Komando & Tugas</p>

<p>menuju garis bebas, dan demikian sebaliknya.</p> <p>➤ KEGIATAN INTI</p> <p>Jalan</p> <p>a) Siswa dibariskan menjadi tiga bersaf</p> <p>b) Guru memberikan contoh cara berjalan yang baik.</p> <p>c) Siswa mempraktikkan jalan yang baik sejauh 5 meter.</p> <p>d) Diawali dari siswa yang paling depan.setelah sampai 5 meter dilanjutkan siswa berikutnya sampai selesai</p> <p>Gerak lari</p> <p>a) Siswa dibariskan menjadi tiga bersaft</p> <p>b) Guru memberikan contoh berlari bolak-balik dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter.</p> <p>c) Siswa mempraktekkan lari bolak-balik dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter.</p> <p>d) Diawali dari siswa paling depan berlari dan mengambil benda kemudian kembali di teruskan siswa berikutnya.</p> <p>e) Begitu seterusnya sampai selesai</p>	<p>X X X</p> <p>X X X</p> <p>X X X</p> <p>X X X</p> <p>X X X</p> <p>O</p> <p>XXXXXX</p> <p>XXXXXX</p> <p>XXXXXX</p> <p>O</p>		<p>Demonstrasi, Komando & Tugas</p> <p>Demonstrasi, Komando & Tugas</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>1. Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa mengamati pada saat guru memberikan contoh. <p>2. Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa menanyakan kepada guru tentang hal-hal yang belum paham. <p>3. Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa mencoba melakukan gerakan seperti apa yang telah dilakukan atau yang diperintahkan oleh guru. <p>4. Mengasosiasi</p> <p>Siswa dapat melakukan gerakan jalan dan lari dengan benar</p> <p>5. Mengkomunikasi</p> <p>Siswa dapat menjalankan semua gerakan yang diajarkan guru dengan benar</p>			<p>Demonstrasi Tugas</p>
<p>PENUTUP</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa dikondisikan membentuk lingkaran kecil saling bergandengan tangan. b. Kemudian siswa berjalan berputar searah jarum jam dengan 			<p>Demonstrasi Diskusi</p>

<p>menyanyikan lagu sayonara sambil melemaskan kedua tangan dan kaki.</p> <p>c. Dibariskan, berhitung, berdoa, dan guru membubarkan barisan.</p>			
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--

F. Evaluasi

1. Siapa tadi yang tidak berdoa ?
2. Siapa yang tahu perbedaan jalan dan lari ?
3. Siapa tadi yang tidak menjalankan perintah pak guru dengan baik ?

Mengetahui:
Guru Pembimbing

Jogjakarta, 11 September 2014
praktikan

Bima Andiansyah,A.Ma

Ginanjari Ahmad S
NIM :11604221033

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SD Negeri Delegan 2
Kelas / Semester	: 1 / 1 (satu)
Tema / Subtema	: Diri Sendiri / Aku Merawat Tubuhku
Alokasi Waktu	: 1 x Pertemuan (4 x 35 Menit)
Hari Tanggal	: Jum'at, 22 Agustus 2014

A. Kompetensi Inti

1. Menerima dan menjalankan 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 factual 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 factual 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.

B. Kompetensi Dasar (KD) dan Indikator

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.1 Menunjukkan perilaku percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan.
- 2.2 Menunjukkan perilaku santun kepada teman dan guru selama pembelajaran penjas
- 3.4 Mengetahui cara menjaga kebersihan diri yang meliputi kebersihan badan, kuku, kulit, gigi, rambut, hidung, telinga, tangan dan kaki serta pakaian
- 4.1 mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak (seperti konsep: tubuh, ruang, hubungan, dan usaha) dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Indikator

1. Mensyukuri nikmat sehat
2. Menunjukkan rasa percaya diri dan mampu melakukan gerak lompat ke berbagai arah
3. Mengetahui manfaat menjaga kebersihan tubuh
4. Menunjukkan rasa percaya diri dan mampu melakukan variasi gerak lokomotor ke dalam bentuk permainan.
5. Menunjukkan rasa percaya diri dan mampu melakukan kombinasi lompat dan lari

C. Materi Pembelajaran

Gerak dasar lompat

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. Cone
2. Bola kecil
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 : Gerak dasar lompat dan loncat
- b. Penilaian Sikap : Percaya diri, Keberanian

2. Bentuk Instrumen Penilaian

- a. Penilaian untuk kerja / Tes Proses

Lembar pengamatan untuk Gerak dasar lompat dan loncat

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 LOMPAT DAN LONCAT

No	Aspek	SB	B	C	K
1	Sikap Awal	Badan membungkuk lutut ditekuk tolakan dengan kedua kaki, menjaga keseimbangan, pandangan lurus kedepan	Badan membungkuk, lutut ditekuk	Tolakan dengan kedua kaki	tidak melakukan tolakan
2	Saat Melakukan	Badan membungkuk lutut ditekuk tolakan dengan kedua kaki, menjaga keseimbangan, pandangan lurus	Badan membungkuk, lutut ditekuk	Tolakan dengan kedua kaki	tidak melakukan tolakan

		kedepan			
3	Sikap akhir	Mendarat dengan kedua kaki, lutut agak ditekuk, kaki mengeper, posisi badan agak membungkuk	Mendarat dengan kedua kaki, lutut agak ditekuk, kaki mengeper	kaki mengeper, posisi badan agak membungkuk	Mendarat dengan satu kaki

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, 22 Agustus 2014

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

Bima Andiansyah, A.Ma

Ginancar Ahmad S

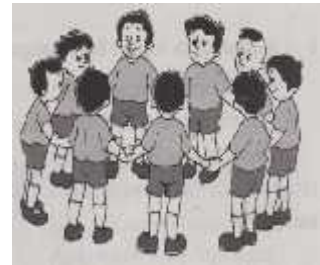
Nim. 11604221033

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Penjelasan / Gambar	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 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 cara katak berpindah tempat 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 Bola Katak 	<p>a. Guru mengumpulkan siswa</p>  <p>Gambar 1 : Guru membariskan siswa Pemanasan “ Permainan Bola Katak “ Membuat garis batas berbentuk kotak kemudian, memilih salah satu anak untuk menjadi katak pemburu, anak yang lain berusaha menghindari dari katak pemburu yang berusaha menyentuh bola ke salah satu bagian tubuh pemain permainan dilakukan dengan cara meniru gerakan katak bila salah satu terkena/tersentuh bola maka anak tersebut menjadi katak pemburu.</p>	

Penutup

1. Membentuk lingkaran peserta didik menyanyikan lagu Kupu-Kupu dengan peserta didik menirukan gerakan kupu-kupu
2. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran lari
3. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep lari
4. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut
5. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran



Gambar 4 : Pendinginan



Gambar 5 : Menutup Pelajaran

--	--	--	--

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: III/I
Tema/Subtema	: Sayangi Hewan dan Tumbuhan di Sekitar
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

A. 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, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, 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.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 3.1 Mengetahui konsep gerak kombinasipola gerak dasar non-lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.1 Mempraktikan Pola gerak dasar non-lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Indikator :

1. Siswa membaca do'a sebelum dan sesudah belajar.
2. Siswa menunjukkan sikap sportif dalam bermain

3. Siswa dapat bersyukur tubuh dengan seperangkat gerak dan kemampuan yang dimiliki sebagai anugerah dari Tuhan.
4. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan kelenturan tubuh
5. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan kelenturan tubuh dengan benda secara beregu.

C. Tujuan Pembelajaran:

- ✓ Siswa dapat bersyukur apa yang telah Tuhan berikan dengan cara berdoa
- ✓ Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin, kerjasama, toleransi, sportif, dan tanggungjawab dalam permainan dengan benar
- ✓ Siswa mampu melakukan lari zig-zag dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter
- ✓ Siswa mampu melakukan lari zig-zag dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter dengan beregu

D. Karakter Siswa yang diharapkan :

- ✓ Disiplin (dicipline)
- ✓ Tanggungjawab (responsibility)
- ✓ Kerjasama (cooperatif)
- ✓ Toleransi (tolerance)
- ✓ Percaya diri (confidence)
- ✓ Jujur
- ✓ Santun

E. Materi Ajar

Gerak Dasar Lokomotor (jalan dan lari)

F. Alokasi Waktu :

(4 x 35 menit)

G. Pendekatan/Metode/Model Pembelajaran

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

- Latihan
- Komando

- Ceramah
- Tanya Jawab

H. Fasilitas Dan Alat

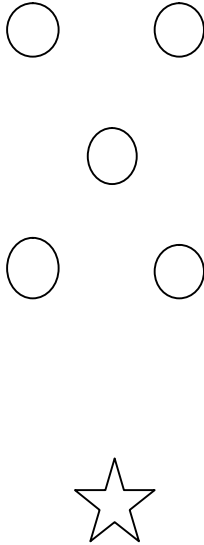
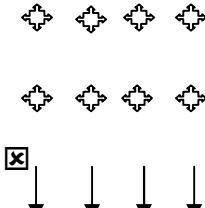
- Halaman
- Kun
- Bola besar

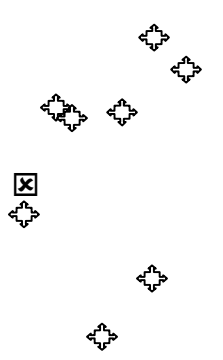
I. Sumber

- Buku Penjaskes kelas III
- Internet

J. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan X X X X X X X X X X X X X X X X <div style="text-align: center;">☒</div> Ket : X : peserta didik ☒ : guru	1. Guru membariskan peserta didik menjadi 3 bersap 2. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 3. Berdo'a 4. Guru melakukan presensi 5. Apersepsi 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak sedang mengayunkan tangan 2. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak melakukan gerakan membungkuk 6. Guru menyampaikan tujuan yang yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan sekenario kegiatan yang akan dilakukan hari ini - Peserta didik akan	Komando Ceramah Komando Tanya jawab dan ceramah Ceramah Ceramah Penugasan	Disiplin, patuh Santun Santun Jujur, disiplin tanggung jawab Disiplin Tanggung jawab

		<p>melakukan gerak mengayunkan tangan dan membungkuk</p> <p>8. Guru memberi perintah kepada siswa untuk membentuk lingkaran dan saling bergandengan tangan, kemudian guru menunjuk dua siswa. Satu siswa bertugas menjadi tikus dan satu siswa yang satunya bertugas sebagai kucing. Siswa yang bertugas sebagai kucing berada di luar lingkaran dan siswa yang sebagai tikus berada di dalam lingkaran. Siswa yang bertugas sebagai lingkaran menghalangi kucing supaya tidak bisa menangkap tikus. Dan kucing tersebut berusaha menangkap tikus dengan berbagai cara. Tikus harus berlari tidak hanya di dalam lingkaran tetapi bisa keluar lingkaran.</p>	<p>Komando Ceramah Penugasan</p>	<p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p>
2	<p>Inti</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan siswa supaya membentuk 4 bershaf 2. Guru mempraktikan bagaimana cara melakukan merentangkan tangan dengan satu tangan dan dua tangan 3. Kemudian siswa mencoba semua. Dilakukan 3 kali 4. Guru mempraktikkan cara membungkuk 5. Selanjutnya diikuti semua siswa 6. Begitu serusnya di ulang sebanyak 2 kali 	<p>Komando Demonstrasi Penugasan</p>	<p>Disiplin, tanggung jawab Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>

		<p>7. Kemudian guru mempraktikkan membungkuk dengan mengasihkan bola lewat bawah kepada teman di belakangnya</p> <p>8. Semua siswa mengikuti sebanyak 3 kali</p> <p>9. Selanjutnya semua kelompok di lombakan siapa yang tercepat sebanyak 2 kali</p>	<p>Komando Demonstrasi Penugasan</p>	<p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>
3	<p>Penutup (7 Menit)</p>  <p>x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x</p> <p>☒</p> <p>Dalam posisi berdiri</p>	<p>1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil</p> <p>2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu “sayonara” dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah.</p> <p>3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran kelenturan</p> <p>4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep lari</p> <p>5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan</p> <p>1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi</p> <p>2. Kognitif : guru menanyakan apa itu kegunaan kelenturan pada tubuh?</p> <p>3. Psikomotor : guru</p>	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Penugasan Komando</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggung jawab patuh, keberanian, disiplin, tanggung jawab keberanian</p> <p>teliti, tanggung jawab tanggung jawab patuh, disiplin</p>

		menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya.		
		6. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut	Komando	
		7. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran	Komando	patuh, disiplin patuh, disiplin

A. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikan gerakan kurang memperhatikan pak guru?
2. Siapa yang tahu apa itu kelenturan?
3. Praktikan/lakukan gerakan yang tadi pak guru contohkan?

Yogyakarta, 28 Agustus 2014

Mengetahui

Guru Penjas

Bima Andiansyah, A.Ma

Mahasiswa

Ginanjari Ahmad S

NIM. 11604221033

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: III/I
Tema/Subtema	: Sayangi Hewan dan Tumbuhan di Sekitar
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

A. 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, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, 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.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 3.1 Mengetahui konsep gerak kombinasipola gerak dasar lokomotor dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.1 Mempraktikkan Pola gerak dasar lokomotor yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

Indikator :

1. Siswa membaca do'a sebelum dan sesudah belajar.
2. Siswa menunjukkan sikap sportif dalam bermain

3. Siswa dapat bersyukur tubuh dengan seperangkat gerak dan kemampuan yang dimiliki sebagai anugerah dari Tuhan.
4. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari zig-zag dengan mengambil benda.
5. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari zig-zag dengan mengambil benda secara beregu.

C. Tujuan Pembelajaran:

- ✓ Siswa dapat bersyukur apa yang telah Tuhan berikan dengan cara berdoa
- ✓ Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin, kerjasama, toleransi, sportif, dan tanggungjawab dalam permainan dengan benar
- ✓ Siswa mampu melakukan lari zig-zag dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter
- ✓ Siswa mampu melakukan lari zig-zag dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter dengan beregu

D. Karakter Siswa yang diharapkan :

- ✓ Disiplin (dicipline)
- ✓ Tanggungjawab (responsibility)
- ✓ Kerjasama (cooperatif)
- ✓ Toleransi (tolerance)
- ✓ Percaya diri (confidence)
- ✓ Jujur
- ✓ Santun

E. Materi Ajar

Gerak Dasar Lokomotor (jalan dan lari)

F. Alokasi Waktu :

(4 x 35 menit)

G. Pendekatan/Metode/Model Pembelajaran

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

- Latihan

- Komando
- Ceramah
- Tanya Jawab

H. Fasilitas Dan Alat

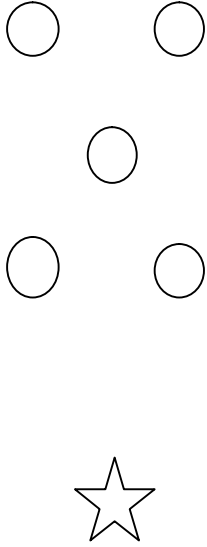
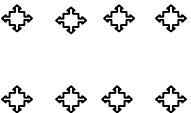
- Halaman
- Kun
- Bola tenis

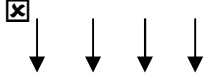
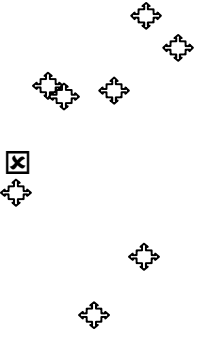
I. Sumber

- Buku Penjaskes kelas III
- Internet

J. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan X X X X X X X X X X X X X X X X ☒ Ket : X : peserta didik ☒ : guru	1. Guru membariskan peserta didik menjadi 3 bersap 2. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 3. Berdo'a 4. Guru melakukan presensi 5. Apersepsi 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukkan gambar anak sedang berjalan 2. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukkan gambar anak sedang berlari 6. Guru menyampaikan tujuan yang yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan sekenario kegiatan yang akan dilakukan hari ini - Peserta didik akan	Komando Ceramah Komando Tanya jawab dan ceramah Ceramah Ceramah	Disiplin, patuh Santun Santun Jujur, disiplin tanggung jawab Disiplin Tanggung jawab

		<p>melakukan gerak jalan dan lari</p> <p>8. Guru memberi perintah kepada siswa untuk membentuk kelompok dengan dengan jumlah 5 kelompok. kemudian guru memimpin pemanasan sederhana yaitu dengan permainan bintang beralih. Guru memberi aba-aba dengan menggunakan peluit supaya siswanya siap melakukan permainan bintang beralih, setiap peluit dibunyikan siswa diharuskan berpindah tempat tidak harus dengan kelompoknya tetapi bisa campur dengan kelompok lain. Siswa yang berada pada kelompok yang di tengah itu akan mendapatkan hadiah yaitu menyanyikan satu lagu anak. begitu seterusnya,</p>	<p>Penugasan</p> <p>Komando Ceramah Penugasan</p>	<p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p> <p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p>
2	<p>Inti</p> 	<p>1. Guru membariskan siswa supaya membentuk 5 kelompok</p> <p>2. Guru mempraktikan bagaimana lari zig-zag dan dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter</p> <p>3. Siswa pertama mempraktikan gerak lari zig-zag dengan mengambil benda pada jarak 5 meter</p>	<p>Komando</p> <p>Demonstrasi Penugasan</p>	<p>Disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung</p>

		<p>4. sampai kembali ke barisan Selanjutnya diikuti siswa yang kedua dan seterusnya sampai dengan siswa paling akhir.</p> <p>5. Begitu serusnya di ulang sebanyak 2 kali</p> <p>6. Selanjutnya semua kelompok di lombakan siapa yang tercepat sebanyak 2 kali</p> <p>7. Siswa dibariskan menjadi 2 bershaf kemudian siswa bermain permainan tradisional bentengan</p> <p>8. Siswa dibagi dua kelompok selanjutnya bermain bentengan</p>	<p>Komando Demonstrasi Penugasan</p>	<p>jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>
3	<p>Penutup (7 Menit)</p>  <p>x x x x x x x x x x x</p> <p>x x x x x x x x x x x</p>	<p>1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil</p> <p>2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu “sayonara” dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah.</p> <p>3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran jalan dan lari</p> <p>4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep lari</p> <p>5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan</p> <p>1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi</p> <p>2. Kognitif : guru</p>	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Penugasan Komando</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggung jawab patuh, keberanian, disiplin, tanggung jawab keberanian</p> <p>teliti, tanggung jawab tanggung jawab patuh, disiplin</p>

	<input checked="" type="checkbox"/> Dalam posisi berdiri	menanyakan apa itu lari zig-zag kepada peserta didik 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya. 6. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut 7. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran	Komando Komando	patuh, disiplin patuh, disiplin
--	-------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	------------------------------------------

A. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikan gerakan kurang memperhatikan pak guru?
2. Siapa yang tahu apa itu lari zig-zag?
3. Praktikan/lakukan gerakan yang tadi pak guru contohkan?

Yogyakarta, 14 Agustus 2014

Mengetahui

Guru Penjas

Bima Andiansyah, A.Ma

Mahasiswa

Ginanjari Ahmad S

NIM. 11604221033

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: IV/I
Tema/Subtema	: Indahnya Kebersamaan
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

A. 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, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, 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.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari melalui permainan dan atau olahraga tradisional
- 4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau olahraga tradisional

Indikator :

1. Siswa membaca do'a sebelum dan sesudah belajar.
2. Siswa menunjukkan sikap sportif dalam bermain
3. Siswa dapat mensyukuri tubuh dengan seperangkat gerak dan kemampuan yang dimiliki sebagai anugerah dari Tuhan.
4. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari dengan jarak 5 meter
5. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan lari dengan jarak 5 meter

C. Tujuan Pembelajaran:

- ✓ Siswa dapat mensyukuri apa yang telah Tuhan berikan dengan cara berdoa
- ✓ Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin, kerjasama, toleransi, sportif, dan tanggungjawab dalam permainan dengan benar
- ✓ Siswa mampu melakukan gerakan lari dengan mengambil benda dengan jarak 5 meter
- ✓ Siswa mampu melakukan gerakan lari dengan mengambil benda secara beregu dengan jarak 5 meter

D. Karakter Siswa yang diharapkan :

- ✓ Disiplin (dicipline)
- ✓ Tanggungjawab (responsibility)
- ✓ Kerjasama (cooperatif)
- ✓ Toleransi (tolerance)
- ✓ Percaya diri (confidence)
- ✓ Jujur
- ✓ Santun

E. Materi Ajar

Gerak Dasar Lokomotor (jalan dan lari)

F. Alokasi Waktu :

(4 x 35 menit)

G. Pendekatan/Metode/Model Pembelajaran

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

- Latihan
- Komando
- Ceramah
- Tanya Jawab

H. Fasilitas Dan Alat

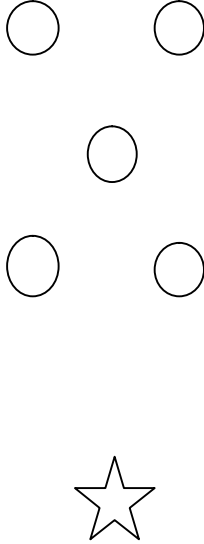

- Halaman
- Kun
- Bola tenis

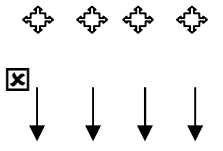
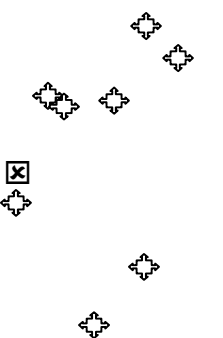
I. Sumber

- Buku Penjaskes kelas IV
- Internet

J. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan X X X X X X X X X X X X X X X X ☒ Ket : X : peserta didik ☒ : guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan peserta didik menjadi 3 bersap 2. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 3. Berdo'a 4. Guru melakukan presensi 5. Apersepsi <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak sedang berjalan 2. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak sedang berlari 6. Guru menyampaikan tujuan yang yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan sekenario kegiatan yang akan dilakukan hari ini 	Komando Ceramah Komando Tanya jawab dan ceramah Ceramah Ceramah	Disiplin, patuh Santun Santun Jujur, disiplin tanggung jawab Disiplin

		<p>- Peserta didik akan melakukan gerakan lari dengan mengambil benda</p> <p>8. Guru memberi perintah kepada siswa untuk membentuk kelompok dengan dengan jumlah 5 kelompok. kemudian guru memimpin pemanasan sederhana yaitu dengan permainan bintang beralih. Guru memberi aba-aba dengan menggunakan peluit supaya siswanya siap melakukan permainan bintang beralih, setiap peluit dibunyikan siswa diharuskan berpindah tempat tidak harus dengan kelompoknya tetapi bisa campur dengan kelompok lain. Siswa yang berada pada kelompok yang di tengah itu akan mendapatkan hadiah yaitu menyanyikan satu lagu anak.begitu seterusnya,</p>	<p>Penugasan</p> <p>Komando Ceramah Penugasan</p>	<p>Tanggung jawab</p> <p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p> <p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p>
2	<p>Inti</p> 	<p>1. Guru membariskan siswa supaya membentuk 5 kelompok</p> <p>2. Guru mempraktikan bagaimana cara wberlari dengan mengambil benda</p> <p>3. Siswa pertama mempraktikan gerakan lari dengan mengambil benda</p>	<p>Komando</p>	<p>Disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur,</p>

		<p>dengan jarak 5 meter kemudian kembali kebelakang kelompoknya</p> <p>4. Selanjutnya diikuti siswa yang kedua dan seterusnya sampai dengan siswa paling akhir.</p> <p>5. Begitu serusnya di ulang sebanyak 3 kali</p> <p>6. Selanjutnya semua kelompok melakukan lari dengan mengambil bola secara kelompok di lombakan</p> <p>7. Siswa dibariskan menjadi 2 bershaf kemudian siswa bermain bentengan</p>	<p>Demonstrasi Penugasan</p> <p>Komando Demonstrasi Penugasan</p>	<p>disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>
3	<p>Penutup (7 Menit)</p>  <p>x x x x x x x x x</p> <p>x x</p> <p>x x x x x x x x x</p> <p>x x</p>	<p>1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil</p> <p>2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu “sayonara” dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah.</p> <p>3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran jalan dan lari</p> <p>4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep lari</p> <p>5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan</p> <p>1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi</p>	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Penugasan Komando</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggung jawab patuh, keberanian, disiplin, tanggung jawab keberanian</p> <p>teliti, tanggung jawab tanggung jawab patuh, disiplin</p>

	<input checked="" type="checkbox"/> Dalam posisi berdiri	2. Kognitif : guru menanyakan bagaimana cara menendang dengan kaki bagian dalam 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya. 6. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut 7. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran	Komando Komando	patuh, disiplin patuh, disiplin
--	-------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	------------------------------------

A. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikkan gerakan kurang memperhatikan pak guru?
2. Siapa yang tahu lari jarak pendek jaraknya berapa?
3. Praktikkan/lakukan gerakan yang tadi pak guru contohkan?

Yogyakarta, 1 September 2014

Mengetahui

Guru Penjas

Bima Andiansyah, A.Ma

Mahasiswa

Ginanjar Ahmad S

NIM. 11604221033

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD N DELEGAN 2
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: IV/I
Tema/Subtema	: Indahnya Kebersamaan
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit

A. 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, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan bertanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, 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.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain
- 3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, manipulatif dalam permainan dan atau olahraga tradisional bola besar
- 4.1 mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar

Indikator :

1. Siswa membaca do'a sebelum dan sesudah belajar.

2. Siswa menunjukkan sikap sportif dalam bermain
3. Siswa dapat bersyukur tubuh dengan seperangkat gerak dan kemampuan yang dimiliki sebagai anugerah dari Tuhan.
4. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan menendang bola dengan kaki bagian dalam
5. Siswa menunjukkan percaya diri dalam melakukan gerakan menggiring bola

C. Tujuan Pembelajaran:

- ✓ Siswa dapat bersyukur apa yang telah Tuhan berikan dengan cara berdoa
- ✓ Siswa dapat menunjukkan sikap disiplin, kerjasama, toleransi, sportif, dan tanggungjawab dalam permainan dengan benar
- ✓ Siswa mampu melakukan menendang bola dengan mengumpan ke arah teman dengan jarak 5 meter
- ✓ Siswa mampu melakukan menggiring bola dan mengumpan ke arah teman dengan jarak 5 meter

D. Karakter Siswa yang diharapkan :

- ✓ Disiplin (dicipline)
- ✓ Tanggungjawab (responsibility)
- ✓ Kerjasama (cooperatif)
- ✓ Toleransi (tolerance)
- ✓ Percaya diri (confidence)
- ✓ Jujur
- ✓ Santun

E. Materi Ajar

Gerak Dasar Lokomotor (jalan dan lari)

F. Alokasi Waktu :

(4 x 35 menit)

G. Pendekatan/Metode/Model Pembelajaran

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

- Latihan
- Komando
- Ceramah
- Tanya Jawab

H. Fasilitas Dan Alat

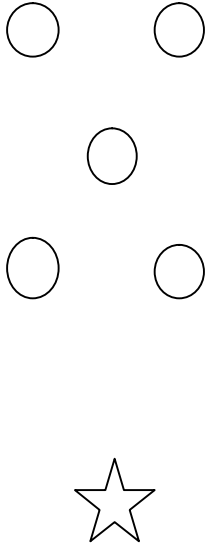

- Halaman
- Kun
- Bola tendang

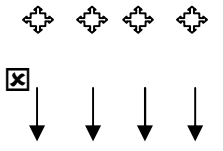
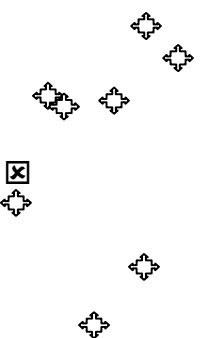
I. Sumber

- Buku Penjaskes kelas IV
- Internet

J. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran

No	Kegiatan dan gambar	Deskripsi Kegiatan	Metode	Unsur Karakteristik
1	Pendahuluan X X X X X X X X X X X X X X X X <input checked="" type="checkbox"/> Ket : X : peserta didik <input checked="" type="checkbox"/> : guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan peserta didik menjadi 3 bersap 2. Guru membuka pelajaran dengan menyapa peserta didik dan menanyakan kabar mereka. 3. Berdo'a 4. Guru melakukan presensi 5. Apersepsi <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak sedang berjalan 2. Guru menanyakan kepada peserta didik gambar apakah yang ditunjukkan? Guru menunjukan gambar anak sedang menendang bola 6. Guru menyampaikan tujuan yang yang akan dicapai 7. Guru menyampaikan tema dan sekenario kegiatan yang akan dilakukan hari 	Komando Ceramah Komando Tanya jawab dan ceramah Ceramah Ceramah	Disiplin, patuh Santun Santun Jujur, disiplin tanggung jawab Disiplin

		<p>ini</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik akan melakukan gerakan menendang bola <p>8. Guru memberi perintah kepada siswa untuk membentuk kelompok dengan dengan jumlah 5 kelompok. kemudian guru memimpin pemanasan sederhana yaitu dengan permainan bintang beralih. Guru memberi aba-aba dengan menggunakan peluit supaya siswanya siap melakukan permainan bintang beralih, setiap peluit dibunyikan siswa diharuskan berpindah tempat tidak harus dengan kelompoknya tetapi bisa campur dengan kelompok lain. Siswa yang berada pada kelompok yang di tengah itu akan mendapatkan hadiah yaitu menyanyikan satu lagu anak.begitu seterusnya,</p>	<p>Penugasan</p> <p>Komando Ceramah Penugasan</p>	<p>Tanggung jawab</p> <p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p> <p>Patuh, disiplin, tanggung jawab, jujur</p>
2	<p>Inti</p> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan siswa supaya membentuk 5 kelompok 2. Guru mempraktikan bagaimana cara menendang dengan kaki bagian dalam dengan jarak 5 meter <p>3. Siswa pertama</p>	<p>Komando</p>	<p>Disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur,</p>

		<p>mempraktikan gerakan menendang bola ke arah teman dengan jarak 5 meter</p> <p>4. Selanjutnya diikuti siswa yang kedua dan seterusnya sampai dengan siswa paling akhir.</p> <p>5. Begitu serusnya di ulang sebanyak 3 kali</p> <p>6. Selanjutnya semua kelompok melakukan cara menggiring bola</p> <p>7. Siswa dibariskan menjadi 2 bershaf kemudian siswa bermain permainan sepak bola</p>	<p>Demonstrasi Penugasan</p> <p>Komando Demonstrasi Penugasan</p>	<p>disiplin, tanggung jawab</p> <p>Menghargai, jujur, disiplin, tanggung jawab</p>
3	<p>Penutup (7 Menit)</p>  <p>X X X X X X X X X X X</p> <p>X X X X X X X X X X X</p>	<p>1. Guru menuntun peserta didik untuk membuat lingkaran kecil</p> <p>2. guru beserta peserta didik bertepuk tangan sambil menyanyikan lagu “sayonara” dengan bertepuk tangan dan berjalan memutar sebanyak dua kali dan berputar berlawanan arah.</p> <p>3. Guru bersama peserta didik melakukan refleksi pembelajaran jalan dan lari</p> <p>4. Guru bersama peserta didik menyimpulkan konsep lari</p> <p>5. Guru mengevaluasi proses pembelajaran yang telah dilaksanakan</p> <p>1. Afektif : mengevaluasi peserta didik yang kurang memperhatikan saat penyampaian materi</p>	<p>Ceramah, penugasan</p> <p>Penugasan</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Tanya jawab</p> <p>Penugasan Komando</p>	<p>Menghargai, disiplin, tanggung jawab patuh, keberanian, disiplin, tanggung jawab keberanian</p> <p>teliti, tanggung jawab tanggung jawab patuh, disiplin</p>

	<input checked="" type="checkbox"/> Dalam posisi berdiri	2. Kognitif : guru menanyakan bagaimana cara menendang dengan kaki bagian dalam 3. Psikomotor : guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan materi yang telah diajarkan dan kemudian diperbaiki kesalahannya. 6. Guru memberi tugas sebagai tindak lanjut 7. Guru mengahiri pelajaran dengan berdoa dilanjutkan menutup pelajaran	Komando Komando	patuh, disiplin patuh, disiplin
--	-------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	------------------------------------

A. Evaluasi

1. Siapa yang tadi dalam mempraktikkan gerakan kurang memperhatikan pak guru?
2. Siapa yang tahu bagaimana cara menendang dengan kaki bagian dalam?
3. Praktikkan/lakukan gerakan yang tadi pak guru contohkan?

Yogyakarta, 25 Agustus 2014

Mengetahui

Guru Penjas

Bima Andiansyah, A.Ma

Mahasiswa

Ginanjat Ahmad S

NIM. 11604221033