

**LAPORAN PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)
SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PENGASIH
KECAMATAN PENGASIH KABUPATEN KULON PROGO**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Laporan ini disusun untuk memenuhi tugas mata kuliah Magang Kependidikan



Oleh

Mohammad Yusuf

NIM. 14604224013

**PROGRAM STUDI PGSD PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2017

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut:

Nama : Mohammad Yusuf

NIM : 14604224013

Fakultas/prodi : FIK/PGSD Penjas

Telah melaksanakan kegiatan PLT di SD Negeri 3 Pengasih mulai tanggal 15 September 2017 sampai 15 November 2017. Hasil kegiatan tercakup dalam laporan ini.

Kulon Progo, 27 November 2017

Menyetujui,

Koordinator PLT

Guru Pembimbing

Rr. Lestari Esti Rahayu, S.Pd.SD
NIP. 19700827 200501 2 004

Christina Lastinah, S.Pd.Jas
NIP. 19641105 198403 2 004

Mengesahkan,

Kepala SD Negeri 3 Pengasih

Dosen Pembimbing



Dr. Subagyo, M.Pd
NIP. 19561107 178203 1 003

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) di Sd N 3 Pengasih ini dengan lancar. Penyusunan laporan ini merupakan tahap akhir dari kegiatan PLT/ Magang III. Penyusunan laporan ini melibatkan berbagai pihak, oleh karena itu kami mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmatNya.
2. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Drs. Subagyo M.Pd. selaku DPL PLT yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan selama PLT berlangsung.
4. Suwaji,S.Pd. selaku Kepala SDN 3 Pengasih yang telah memberikan dukungan moral maupun spiritual pada setiap program PLT yang telah dilaksanakan.
5. RR. Lestari Esti Rahayu, S.Pd. sebagai koordinator PLT yang telah membimbing kami selama melaksanakan PLT.
6. Christina Lastinah, S.Pd. Jas. Selaku guru pembimbing mata pelajaran PENJASORKES yang selalu memberikan arahan dan berbagai ilmu tentang pembelajaran.
7. Teman-teman PLT UNY 2017 di SDN 3 Pengasih yang kompak dan hebat.

Kami menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna. Dengan segala kerendahan hati kami mohon maaf apabila ada kesalahan dan kekurangan selama PPL berlangsung.

Pengasih, 15 November 2017

Penyusun

Mohammad Yusuf

NIM. 14604224013

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
ABSTRAK.....	v
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Analisis Situasi	1
B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan PPL	8
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN & ANALISIS HASIL	
A. Persiapan	12
B. Pelaksanaan PL T	13
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	16
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	19
B. Saran.....	19
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Denah Sekolah.....	23
Lampiran 2. Bagan Struktur Organisasi Sekolah.....	25
Lampiran 3. Data Pendidik dan Staff Sekolah.....	26
Lampiran 4. Data Siswa SD Negeri 3 Pengasih.....	27
Lampiran 5. Jadwal Pelajaran SD Negeri 3 Pengasih.....	33
Lampiran 6. Jadwal Mengajar Terbimbing dan Mandiri.....	37
Lampiran 7. Jadwal Ujian Mengajar.....	39
Lampiran 8. Rencana Pelaksanaan dan Pembelajaran.....	40
Lampiran 9. Catatan Mingguan.....	98
Lampiran 10. Matrik Program Kerja.....	130
Lampiran 11. Serapan Dana Kegiatan.....	132
Lampiran 12. Dokumentasi.....	134

**KEGIATAN PLT SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PENGASIH
KECAMATAN PENGASIH KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN AJARAN 2017/2018**

**Oleh
Mohammad Yusuf
14604224013**

ABSTRAK

Program Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) dilaksanakan guna memberikan kesempatan kepada mahasiswa UNY untuk meningkatkan kemampuannya dalam bidang pendidikan maupun sebagai upaya persiapan untuk terjun ke dalam kehidupan masyarakat. PLT ini dilaksanakan dari bulan September-November 2017. Kegiatan PLT dimaksudkan untuk memberikan pengalaman mengajar di sekolah, memahami seluk-beluk sekolah dengan segala permasalahannya, serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan pengetahuan, keterampilan, dan nilai sikap yang telah dimiliki dalam proses pembelajaran.

PLT dilaksanakan di SDN 3 Pengasih, Pengasih, Kulon Progo dimulai tanggal 15 September sampai 15 November 2016. Kegiatan yang dilakukan dalam PLT ini adalah mengajar di kelas serta mengikuti program non mengajar dari sekolah. Program kerja PLT diawali dengan kegiatan observasi baik fisik maupun nonfisik yang meliputi perangkat pembelajaran, pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dan kondisi lembaga. Praktikan menyusun perangkat pembelajaran berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), media pembelajaran, beserta kelengkapan pembelajaran lain. Berdasarkan observasi, dilakukan penyusunan perangkat persiapan pembelajaran, praktik mengajar terbimbing, praktik mengajar mandiri, menyusun dan mengembangkan alat evaluasi, menerapkan inovasi pembelajaran, mempelajari administrasi guru, pengembangan media, dan kegiatan lain yang menunjang kompetensi mengajar.

Berdasarkan pelaksanaan PLT di SD Negeri 3 Pengasih mahasiswa dapat mengembangkan kompetensi mengajarnya sebagai calon pendidik atau tenaga kependidikan. Selain itu, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengenal segala permasalahan di sekolah yang terkait dengan proses pembelajaran maupun administrasi sekolah, memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menerapkan ilmu, pengetahuan, keterampilan, dan nilai sikap yang telah dipelajari dalam kehidupan nyata di sekolah, serta dapat meningkatkan hubungan kemitraan yang baik antara UNY dengan sekolah terkait, yaitu SDN 3 Pengasih, Pengasih, Kulon Progo.

Kata Kunci :PLT, SDN 3 Pengasih, UNY

BAB I

PENDAHULUAN

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sebagai suatu kegiatan latihan kependidikan yang bersifat intrakulikuler yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi kependidikan.

Kegiatan ini mencakup komponen akademik, layanan pendidikan, administrasi sekolah, kehidupan kebudayaan murid, dan suasana hubungan sosial di sekolah dasar atau SD secara keseluruhan, serta berlatih melakukan kegiatan nyata belajar mengajar, dan kegiatan persekolahan di sekolah dasar.

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan serta menyiapkan dan menghasilkan tenaga kependidikan atau calon guru yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan keterampilan profesional, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasai kedalam praktik keguruan dan atau lembaga kependidikan, serta mengkaji dan mengembangkan praktik keguruan dan praktik kependidikan.

A. Analisis Situasi

Sebagai kegiatan awal sebelum mahasiswa terjun dalam kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) , mahasiswa terlebih dahulu dituntut untuk melaksanakan observasi yang nantinya dapat digunakan sebagai gambaran wawasan pada saat melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) Kegiatan observasi di sekolah ini bertujuan untuk mengetahui potensi sekolah, kondisi fisik atau non-fisik sekolah serta kegiatan praktek belajar mengajar. Hal ini dimaksudkan agar peserta PLT dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PLT.

1. Profil Sekolah

1. Nama Sekolah : Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih
2. Alamat Sekolah
 - a. Jalan : Pracoyo No. 1 Pengasih
 - b. Kelurahan/Desa : Pengasih
 - c. Kecamatan : Pengasih
 - d. Kabupaten/Kota : Kulon Progo
 - e. Provinsi : D.I. Yogyakarta

- f. Kode Pos : 55652
 - g. Np. Telepon/HP : 0274 7464932 / 081804053466
 - h. Fax : -
 - i. E-mail : sdn3_pengasih@yahoo.co.id
 - j. NIS/No Kode Sekolah : 100060/194
3. NPSN : 20403697
 4. Nomor Statistik Sekolah : 101040407006
 5. Tahun Berdiri : 1955
 6. Tahun Operasional : 1955
 7. SK Terakhir Status : Terakreditasi A (2015)
 8. Waktu Penyelenggara KBM : Pagi
 9. Tahun terakhir direhap : 2007
 10. Status Tanah : Milik Pemda
 11. Tegangan Daya Listrik : 2.200 Volt Watt
 12. Nama Bank : BANK BRI
 - a. No. Rekening : 6942-01-009863-53-6
 - b. Atas Nama : SD NEGERI 3 PENGASIH
 - c. No. NPWP : 00.457/218.6-542.000
 13. Luas Tanah : 1985 m²

Untuk meningkatkan kualitas pendidikan di SD Negeri 3 Pengasih, maka sekolah ini memiliki visi dan misi dalam pencapaiannya yang meliputi:

a. Visi SD Negeri 3 Pengasih

“Terwujudnya insan cerdas, terampil, berbudi luhur, berbudaya berdasar iman dan taqwa”

b. Misi SD Negeri 3 Pengasih

1. Menciptakan suasana proses pembelajaran dan bimbingan yang efektif dan efisien melalui model pembelajaran siswa aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan (PAIKEM) untuk mencapai tingkat ketuntasan dan daya serap yang tinggi.
2. Membangun warga sekolah yang ilmiah dengan mengoptimalkan pemanfaatan perpustakaan sekolah, sarana komputer, serta lingkungan sebagai sumber belajar di luar kelas.
3. Mengembangkan profesionalisme tenaga pendidik dan kependidikan
4. Menciptakan lingkungan yang nyaman, bersih, dan indah
5. Mengembangkan pengetahuan di bidang IPTEK, bahasa, olahraga dan seni budaya sesuai dengan bakat, minat dan potensi siswa.

6. Menumbuhkembangkan penghayatan dan pengamalan terhadap ajaran agama yang dianut
7. Mengembangkan sarana dan prasarana pendidikan
8. Pengelolaan dana yang efektif, efisien, transparan dan akuntabel
9. Membangun budaya kebersamaan yang sinergis, disiplin, tanggung jawab, saling menghargai dan mengutamakan pelayanan prima dalam tugas.
10. Membina dan mengembangkan kerja sama dengan masyarakat.
11. Menanamkan pendidikan karakter dan kewirausahaan dalam pembelajaran maupun dalam pembiasaan.

c. Tujuan SD Negeri 3 Pengasih :

1. Meningkatkan kualitas pembelajaran kelas I-VI.
2. Menjuarai Lomba olimpiade IPA, Matematika dan IPS tingkat Kecamatan, Kabupaten dan Provinsi.
3. Melengkapi dan meningkatkan kualitas sarana pendidikan.
4. Mengoptimalkan penjaminan mutu untuk standar nasional pendidikan.
5. Membiasakan budaya bersih dan ramah lingkungan.
6. Meningkatkan perolehan nilai rata-rata US/M 239,11 menjadi 242,50.
7. Meningkatkan peringkat capaian Ujian Sekolah dari peringkat 13 menjadi peringkat 10 di Kecamatan Pengasih.
8. Mengoptimalkan pembinaan tim olah raga dan Drum Band.
9. Mengembangkan kegiatan keagamaan.
10. Memberikan dasar-dasar TIK pada siswa.
11. Mengembangkan kegiatan kepramukaan.
12. Mengembangkan kegiatan seni dan budaya.
13. Kerjasama sekolah dengan masyarakat.
14. Menanamkan pendidikan karakter melalui pembelajaran dan pembiasaan.

2. Potensi Pembelajaran

a. Kondisi Fisik Sekolah

SD Negeri 3 Pengasih terletak di Jalan Pracoco Nomor 1, Pengasih, Penasih, Kulon Progo. Sekolah Dasar yang didirikan pada tahun 1955 ini sekarang menyandang status Sekolah Dasar dengan akreditasi B. Bangunan SD Negeri 3 Pengasih terletak di dekat kompleks rumah warga dan area persawahan. SD ini terletak persis di samping jalan tetapi bukan jalan utama

sehingga suasananya kondusif dan nyaman untuk belajar serta tidak membahayakan siswa saat bermain di luar kelas.

Kondisi fisik sekolah cukup baik. Ruang kelas yang dimiliki sudah memadai untuk belajar. Fasilitas penunjang yang terdapat disekolah juga sangat lengkap, seperti laboratorium ICT yang terdapat unit komputer sebagai penunjang proses pengenalan siswa terhadap perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi, mushola sebagai tempat pengembangan spiritual siswa juga terdapat di SD Negeri 3 Pengasih, selain itu fasilitas yang tidak kalah penting ialah ruang karawitan, ruang drumband, perpustakaan dan tersedianya WC yang cukup memadai baik baik guru maupun bagi siswa.

Tabel 1. Data Prasarana SDN 3 Pengasih

No.	Jenis Bangunan	Jumlah	Kondisi
1.	Meja Guru	22	Baik
2.	Meja Siswa	96	Baik
3.	Kursi Guru	7	Baik
4.	Kursi Siswa	3	Baik
5.	Kursi TU	4	Baik
6.	Lemari/ <i>Filling Cabinet</i>	5	Baik
7.	Papan Tulis	6	Baik
8.	Komputer	32	Baik
9.	Komputer TU	4	Baik
10.	Printer	2	Baik
11.	Printer TU	2	Baik
12.	Rak Buku	5	Baik
13.	Mesin Ketik	2	Baik

Tabel 2. Data Prasarana SDN 3 Pengasih

No.	Jenis Bangunan	Jumlah	Kondisi
1.	Ruang Kelas	6	Baik
2.	Ruang Kepala Sekolah	1	Baik
3.	Ruang Guru	1	Baik
4.	Kamar Mandi/ WC Siswa	2	Baik
5.	Kamar Mandi/ WC Guru	2	Baik
6.	Gudang	2	Baik

7.	UKS	1	Baik
8.	Ruang Karawitan	1	Cukup Baik
9.	Perpustakaan	1	Baik
10.	Tempat Parkir	1	Baik
11.	Mushola	1	Baik
12.	Ruang Komputer	2	Baik
13.	Tempat Wudhu	1	Baik
14.	Ruang BK	1	Baik
15.	Ruang TU	1	Baik
16.	Ruang Tamu	1	Baik
17.	Ruang Penyimpanan Alat Olahraga	1	Baik
18.	Ruang Penyimpanan Alat Drumband	1	Cukup Baik
19.	Dapur	1	Baik

Table 3. Daftar sarana dan prasarana SDN 3 Pengasih

No.	Sarana dan Prasarana	Kondisi
1.	Media Pembelajaran	Di SDN 3 Pengasih terdapat beberapa alat peraga yang bisa digunakan untuk menunjang sebagian bidang studi yang diajarkan di SDN 3 Pengasih.
2.	Majalah Dinding	Di SDN 3 Pengasih terdapat satu majalah dinding yang bisa digunakan untuk menyalurkan hasil karya siswa, walaupun sudah digunakan namun penggunaannya belum optimal.
3.	Buku-buku Bacaan	Di SDN 3 Pengasih sudah banyak fasilitas buku, terutama di setiap kelas ada beberapa buku bacaan sebagai literasi. Selain di kelas, buku-buku juga banyak disediakan di perpustakaan.
4.	Tatanan Ruang Kelas	Tatanan Ruang kelas SD Panggang sudah baik, ada beberapa kelas menggunakan tatanan kelas klasikal namun juga ada yang menggunakan

		tatanan kelompok.
5.	Ruang UKS	Kondisi ruang UKS di SD Negeri 3 Pengasih sudah cukup baik, karena di ruang tersebut sudah terdapat kasur, alat pengukur berat badan dan tinggi badan. Sayangnya obat-obatan masih belum memadai.
6.	LCD	SD Negeri 3 Pengasih mempunyai 2 LCD yang sudah terpasang di kelas I dan IV serta 4 LCD lain di ruang komputer. LCD bisa digunakan dengan baik.
7.	Ruang Guru dan Kepala Sekolah	Kondisi ruangan Kepala Sekolah dan ruang guru di SD Negeri 3 Pengasih cukup baik
8.	Mushola dan Tempat Wudhu	Kondisi mushola dan tempat wudhu yang ada di SD Negeri 3 Pengasih sudah baik dan bersih. Di dalam mushola terdapat sajadah, karpet, beberapa mukena, dan Al-Qur'an yang dapat digunakan siswa dalam mengembangkan kemampuan spiritual
9.	WC Guru dan Siswa	Kondisi WC guru dan WC siswa di SD Negeri 3 Pengasih sudah baik dan bersih.
10.	Dapur	Kondisi dapur di SD ini sudah cukup baik dan alat memasaknya pun cukup lengkap
11.	Tempat Parkir	Di SD ini ada dua tempat parkir, untuk siswa dan untuk guru. Parkir untuk siswa cukup luas dan memadai.

b. Potensi Siswa

Jumlah siswa SDN 3 Pengasih tahun ajaran 2017/2018 secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Data Jumlah Siswa SDN 3 Pengasih tahun ajaran 2017/2018

Kelas	Jumlah Rombel	Laki- laki	Perempuan	Jumlah
I	1	11	18	29
II	1	15	14	29
III	1	12	15	27
IV	1	16	11	27
V	1	15	12	27
VI	1	16	12	28
Jumlah	6	85	82	167

c. Potensi Guru

Jumlah guru dan karyawan SD N 3 Pengasih secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Data guru SD N 3 Pengasih tahun ajaran 2017/2018

No.	Nama	NIP	Jabatan	Golongan
1.	Suwaji, S.Pd.	19571121 197803 1 007	Kepsek	Pembina, IV/a
2.	Dra. Sri Subanu	19590815 197912 2 009	Guru Kelas I	Pembina, IV/a
3.	Suminta, A.Ma.PD	19600826 198012 1 003	Guru Kelas II	Pembina, IV/a
4.	Ponirah, A.Ma.Pd	19710411 199606 2 001	Guru Kelas III	Pembina, IV/a
5.	RR. Lestari Esti Rahayu, S.Pd	19700927 200501 2 004	Guru Kelas IV	Pengatur Muda, III/b
6.	Tsalis Maghfiroh, S.Pt.SD	-	Guru Kelas V	-
7.	F.X. Sajiyanto, S.Pd	19690212 199703 1 006	Guru Kelas VI	Pembina, IV/a
8.	Kasan, S.Pd.I	19651227 198603 1 007	Guru PAI	Pembina, IV/a
9.	Sutari, A.Ma.	19630524 200003 2 001	Guru Pend. Agama Kristen	Penata Muda Tk I, III/b
10.	CH. Lastinah, S.Pd. Jas	19641105 198403 2 004	Penjasorkes	Pembina, IV/a

11.	Benyamin Berek	-	Guru Pend. Agama Katolik	-
12.	Suryaning Wisnu Ratri, A. Md	-	Operator/ admin	-
13.	Tri Isworo Probowati	-	Operator/ Admin	-
14.	Ario Soviana, S.Pd	-	Operator/ Admin	-
15.	Samto	19670201 199012 1 001	Pesuruh	II/a

B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PLT

1. Perumusan Program

Program Praktik Lapangan terdiri dari 2 program yaitu PLT terbimbing dan PLT mandiri.

a. PLT Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing merupakan latihan bagi mahasiswa dalam menerapkan kemampuan mengajar secara utuh dan benar dari bimbingan dosen dan guru pembimbing yang meliputi perangkat mengajar (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dan media pembelajaran). Pada kesempatan ini, penyusun diberi 4 kali kesempatan untuk mengajar pelajaran PJOK. 2 kali mengajar kelas rendah dan 2 kali kelas tinggi.

b. PLT Mandiri

Praktik mengajar mandiri merupakan kelanjutan dari praktik mengajar terbimbing. Setelah membuat RPP, mahasiswa diterjunkan ke kelas untuk diberi kesempatan mengajar siswa dengan kemampuan yang dimilikinya dan diberi tanggungjawab penuh untuk mengelola kelas tersebut. Pada kesempatan ini, penyusun diberi kesempatan mengajar 1 kali kelas tinggi dan 3 kali kelas rendah secara full dari masuk sekolah hingga akhir pembelajaran. Dalam hal ini guru pembimbing hanya memantau jalannya pembelajaran.

Berikut merupakan jadwal dari kegiatan PLT terbimbing, PLT mandiri, dan ujian. (terlampir)

2. Rancangan Kegiatan PLT

a. Praktik Lapangan Terbimbing

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan intrakurikuler. Namun, dalam pelaksanaannya melibatkan banyak unsur yang terkait. Oleh karena itu, agar PLT dapat

berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan, diperlukan adanya persiapan yang matang dari berbagai pihak yang terkait yaitu mahasiswa, dosen pembimbing lapangan, sekolah atau instansi tempat PLT, guru pamong serta komponen lain yang terkait dengan pelaksanaan PLT. Rancangan kegiatan tersebut antara lain :

1) Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi

Penyerahan mahasiswa UNY untuk keperluan observasi dilakukan pada tanggal 1-7 Maret 2017. Penyerahan ini dihadiri oleh mahasiswa, dosen pembimbing PPL, kordinator PPL, kepala sekolah dan guru SD Negeri 3 Pengasih.

2) Observasi Lapangan

Observasi lapangan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengamati kondisi di SD Negeri 3 Pengasih. Kegiatan terhadap karakteristik dan norma yang berlaku di lingkungan sekolah. Kegiatan ini dilakukan dengan cara observasi langsung dan wawancara dengan guru PJOK SD Negeri 3 Pengasih. Lamanya observasi ditentukan oleh dosen pembimbing dengan persetujuan dari pihak sekolah. Adapun hal – hal yang diperhatikan dalam observasi ini adalah:

- a) Lingkungan sekolah.
- b) Proses pembelajaran
- c) Perilaku atau keadaan siswa
- d) Administrasi persekolahan
- e) Fasilitas pembelajaran dan pemanfaatannya

3) Observasi Pembelajaran di Lapangan dan Persiapan Perangkat Pembelajaran

Observasi ini dilakukan dengan cara mahasiswa mengikuti pembelajaran dilapangan. Hal ini bertujuan supaya mahasiswa dapat mengetahui kondisi kelas dan bagaimana cara mengatasi kelas, sehingga pada saat praktik mengajar nanti mahasiswa tahu apa yang harus dilakukan.

4) Penerjunan Mahasiswa ke SD Negeri 3 Pengasih

Penerjunan mahasiswa PLT dilaksanakan pada tanggal 15 September 2017

5) Pelaksanaan Praktik Mengajar

Pelaksanaan pratik mengajar meliputi praktik mengajar terbimbing dan mandiri. Praktik mengajar terbimbing adalah latihan

mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa di kelas atau dilapangan sebenarnya di bawah bimbingan guru pembimbing lapangan. Setiap mahasiswa melakukan praktik mengajar 4 kali PLT terbimbing. Sedangkan praktik mengajar mandiri adalah praktik mengajar yang dilakukan mahasiswa sebagaimana layaknya seorang guru PJOK yang dilakukan 4 kali PLT mandiri.

6) Ujian Praktik Mengajar

Ujian praktik mengajar dilakukan mahasiswa untuk memenuhi syarat pelaksanaan PLT sebagai tolak ukur keberhasilan pelaksanaan PLT mahasiswa. Ujian praktik mengajar dilaksanakan sebanyak 2 kali di kelas awal dan kelas lanjut di SDN 3 Pengasih.

7) Praktik Persekolahan

Praktik persekolahan merupakan aktivitas mahasiswa dalam bidang kegiatan administrasi sekolah dan pengadaan media pendukung kegiatan pembelajaran. Keterampilan yang tercakup adalah :

- a) Pengelolaan administrasi sekolah
- b) Pengelolaan administrasi kelas
- c) Pembuatan media pendukung kegiatan pembelajaran
- d) Mengikuti kegiatan sekolah, antara lain upacara bendera, tugas piket guru dan perpustakaan.

8) Evaluasi Praktik Mengajar

Kegiatan evaluasi praktik mengajar meliputi kegiatan:

- a) Evaluasi kelengkapan mengajar (RPP, instrumen soal, dan media pembelajaran)
- b) Evaluasi keberhasilan proses mengajar mahasiswa (oleh guru pembimbing, dosen pembimbing, dan dengan teman satu kelompok).

9) Penyusunan Laporan

Setelah melaksanakan praktik pengalaman lapangan (PLT), mahasiswa diwajibkan menyusun laporan yang berfungsi sebagai laporan pertanggungjawaban mahasiswa atas pelaksanaan PLT tersebut.

Tabel 6. Data Mahasiswa P LT 2017 di SDN 3 Pengasih

No	NIM	Nama Mahasiswa	Program Studi
1	14108241091	Annafi'atul Hikmah	PGSD
2	14108241092	Naomi Roswa Annisa	PGSD
3	14108244034	Ria Ambarsari	PGSD
4	14108244044	Awalia Febby Ananta D	PGSD
5	14108244046	Efan Frida Perdana	PGSD
6	14108244056	Wahyu Dwi Prasetyo	PGSD
7	14108244067	Gina Sista Yuwati	PGSD
8	14604221068	Pura Utama Putra	PGSD PENJAS
9	14604221080	Imam Tri Prabowo	PGSD PENJAS
10	14604221089	Bayu Andi Prasetyo	PGSD PENJAS
11	14604224013	Mohammad Yusuf	PGSD PENJAS
12	14604224017	Adi Wicaksono	PGSD PENJAS

10) Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PLT, yaitu SD N 3 Pengasih yang dilaksanakan pada tanggal 16 November 2017 yang juga menandai berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PLT UNY.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Kegiatan PLT yang dilakukan secara berkelompok dan individu ini dimulai sejak tanggal 15 September 2017 – 15 November 2017. Mahasiswa melakukan beberapa persiapan sebelumnya, di antaranya

1. Pembekalan PPL

Pembekalan PLT dilaksanakan sesuai jadwal per-fakultas masing-masing tepatnya 11 September 2017 untuk Fakultas Ilmu Keolahragaan semua jurusan yang dilakukan oleh perwakilan Tim LPPM UNY yaitu Ngatman Soewito, M.Pd sebagai pembicara bertempat di Gedung Pusat Layanan Akademik (GPLA) FIK Pusat Lantai 3.

2. Observasi

Setelah kegiatan pembekalan PLT melakukan kegiatan pengamatan atau observasi. Observasi dilakukan tanggal 1-7 Maret 2017. Kegiatan ini dilakukan untuk mengamati berbagai aspek, mulai dari fisik dan non fisik, aspek fisik misalnya sarana dan prasarana yang terdapat di SD Negeri 3 Pengasih, aspek non fisik misalnya potensi guru dan karyawan serta kegiatan belajar mengajar di setiap kelas. Aspek ini dilakukan agar mahasiswa mengetahui kondisi yang ada di sekolah sehingga pada saat PLT mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan kegiatan belajar mengajar sekolah.

Hasil Observasi Proses Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 3 Pengasih:

3. Praktik Mengajar

Pelaksanaan praktek mengajar di kelas dilaksanakan sebanyak 8 kali dan 2 kali ujian. Praktik mengajar 8 kali terbagi atas 4 kali praktik mengajar terbimbing dan 4 kali praktik mengajar mandiri. Terdapat keterampilan dasar mengajar yang harus dilakukan mahasiswa, yaitu keterampilan membuka dan menutup pelajaran, keterampilan menjelaskan, keterampilan memberikan penguatan, keterampilan menggunakan media dan alat pembelajaran, keterampilan menyusun skenario pembelajaran, keterampilan mengadakan variasi, keterampilan membimbing diskusi, keterampilan mengelola kelas, keterampilan bertanya, dan keterampilan mengevaluasi.

4. Koordinasi Persiapan Mengajar

Pengajaran yang baik perlu adanya persiapan sebelumnya. Persiapan yang dilakukan dengan matang diharapkan mampu memberikan hasil yang maksimal. Beberapa persiapan yang dilakukan antara lain:

- a. Menyusun jadwal mengajar. Kelas yang digunakan untuk praktik mengajar adalah kelas I – VI.
- b. Konsultasi dengan guru Penjas atau guru pamong untuk menentukan jadwal mengajar.
- c. Konsultasi materi yang akan diajarkan kepada guru Penjas yang akan digunakan untuk praktik mengajar terbimbing dan mandiri.
- d. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- e. Konsultasi RPP dan media pembelajaran dengan guru Penjas yang akan digunakan untuk praktik mengajar.

Setiap mahasiswa praktik mengajar sesuai jadwal di kelas yang sudah ditentukan (jadwal mengajar terlampir).

Dalam penyusunan persiapan mengajar, praktikan berusaha berkonsultasi dengan guru pembimbing dan berkat bimbingannya maka praktikan merasakan kemudahan dalam menyusun perangkat pembelajaran tersebut. Adapun perangkat pembelajaran yang telah disusun diantaranya:

- a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model K13 untuk kelas I
- b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model K13 untuk kelas II
- c. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model KTSP untuk kelas III
- d. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model K13 untuk kelas IV
- e. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model K13 untuk kelas V
- f. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran model KTSP untuk kelas VI

B. Pelaksanaan PLT

Pelaksanaan PLT/ Magang III ditentukan oleh universitas, yaitu dimulai dari 15 September 2017 - 15 November 2017. Pelaksanaan PLT memiliki beberapa tahapan, adapun tahapan dalam PLT meliputi praktik mengajar yang terdiri dari praktik mengajar terbimbing, praktik mengajar mandiri dan ujian praktik. Praktik mengajar terbimbing minimal 4 kali, praktik mengajar mandiri minimal 4 kali, sedangkan ujian dilakukan 2 kali. Adapun pelaksanaan PLT/ Magang III di SDN 3 Pengasih adalah sebagai berikut :

1. Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing merupakan kegiatan mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa PLT dengan kemampuan mengajar secara utuh dan terintegrasi pada mata pelajaran tertentu dengan bimbingan guru pembimbing di sekolah (mengajar ditunggu oleh GPL sekolah). Praktik mengajar terbimbing dilaksanakan sebanyak 4 kali. Berikut adalah jadwal praktik mengajar terbimbing.

Tabel 7. Jadwal Mengajar Terbimbing

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1	Senin, 25 September 2017	4	Materi : Lempar Tangkap Bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2	Senin, 29 September 2017	1	Materi : Gerakan meliukkan badan (pundak,lutut,kaki)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
3	Kamis, 4 Oktober 2017	5	Materi : Pengenalan kuda-kuda (pencak silat)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
4	Senin, 5 Oktober 2017	2	Materi : Lempar tangkap bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

2. Praktik Mengajar Mandiri

Praktik mengajar mandiri merupakan kegiatan mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa PLT dengan kemampuan mengajar secara utuh dan terintegrasi pada mata pelajaran tertentu dengan bimbingan guru pembimbing

di sekolah (mengajar dengan tidak ditunggu oleh GPL sekolah). Praktik mengajar mandiri dilaksanakan sebanyak 4 kali. Berikut adalah jadwal praktik mengajar mandiri.

Tabel 8. Jadwal Praktik Mengajar Mandiri

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1	Senin, 13 Oktober 2017	1	Materi : Melempar bola kedalam keranjang(cone)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2	Senin, 18 Oktober 2017	5	Materi : Renang gaya bebas	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
3	Kamis, 20 Oktober 2017	3	Materi : Menendang Bola,melempar,menangk ap bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
4	Rabu, 01 November 2017	6	Materi : Sikap tubuh yang benar	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

3. Ujian Praktik Mengajar

Kegiatan praktik mengajar di Sekolah Dasar Negeri 3 Pengasih diakhiri dengan ujian praktik mengajar. Ujian praktik mengajar adalah untuk mengukur kemampuan mahasiswa dalam mengajar. Ujian dilakukan oleh setiap praktikan sebanyak 2 kali, yaitu praktik mengajar untuk kelas rendah dan praktik mengajar untuk kelas tinggi. Berikut adalah jadwal praktik ujian mengajar.

Tabel 9. Jadwal Praktik Ujian Mengajar

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1.	Rabu, 01 November 2017	5	Materi : pencak silat serangan(pukulan,tendangan,tangkisan)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2.	Kamis, 07 November 2017	1	Materi: Gerakan seimbang(tarik menarik)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

1. Analisis Hasil Pelaksanaan

Pada kegiatan PLT/ Magang III ini, mahasiswa mendapatkan pengalaman yang sangat berharga. Baik pengalaman dalam merencanakan pembelajaran, menentukan metode yang akan digunakan, media pembelajaran, sampai melakukan penilaian. Mahasiswa dapat mengalami sendiri bahwa menjadi seorang guru itu tidaklah mudah. Guru tidak hanya cukup menguasai materi dan metode pembelajaran saja tetapi seorang guru harus dapat mengelola kelas dengan baik.

Pengelolaan kelas seringkali menimbulkan suatu permasalahan karena melibatkan seluruh anggota kelas yang mempunyai karakter yang berbeda-beda. Dalam hal ini, seorang guru harus dapat mengantisipasi, memahami, dan menemukan solusi untuk permasalahan tersebut dengan cepat, dan tepat. Selain itu, diperlukan pula kedekatan antara guru dengan siswa untuk mengetahui karakter siswa yang berbeda-beda sehingga akan membantu guru dalam mengatasi masalah yang timbul pada saat pembelajaran.

Dalam pelaksanaan PLT/ Magang III ini, mahasiswa masih belum dapat berperan dengan baik dan sempurna dikarenakan mahasiswa masih dalam proses belajar. Untuk itu diperlukan kerjasama yang baik antara siswa, guru, teman-teman satu tim dan seluruh anggota sekolah untuk kesempurnaan dan kelancaran pembelajaran.

Dengan hal itu mahasiswa telah memperoleh pengalaman yang berharga. Pengalaman tersebut dapat menjadi refleksi diri untuk perbaikan kualitas diri pada masa yang akan datang.

2. Hambatan

Kegiatan PLT/ Magang III tidak terlepas dari berbagai hambatan. Hambatan ini muncul karena situasi lapangan tidak selalu sama dengan situasi pada saat pengajaran. Beberapa hambatan yang muncul dalam kegiatan PLT adalah sebagai berikut:

- a. Adanya beberapa siswa yang kurang antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, sehingga cenderung mencari perhatian dan berbuat semaunya sendiri. Hal ini tentu mengganggu kegiatan belajar mengajar.
- b. Beberapa siswa terkesan santai dan kurang serius dalam proses pembelajaran serta kurang dapat menghargai bahwa mahasiswa PLT adalah guru mereka.
- c. Adanya pergeseran jadwal dikarenakan UTS.
- d. Adanya kegiatan-kegiatan di luar rencana.
- e. Siswa mudah mengeluh apabila materi sedikit sulit.

3. Usaha-usaha yang dilakukan untuk mengatasi hambatan

Adapun usaha-usaha yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi selama kegiatan PLT berlangsung antara lain:

- a. Bersikap tegas dan pemberian tanggung jawab terhadap siswa yang kurang antusias dan cenderung mencari perhatian.
- b. Siswa yang terkesan santai dan kurang serius kami libatkan untuk lebih aktif dalam pembelajaran .
- c. Mengganti jadwal yang libur mendadak dengan hari lain yang mahasiswa sendiri tidak ada jadwal mengajar.
- d. Mahasiswa memberikan dorongan dan motivasi semangat kepada siswa. Selain itu mahasiswa mengulang kembali penjelasan supaya siswa lebih jelas.
- e. Dalam menghadapi berbagai permasalahan yang ada, kami berusaha menyikapinya dengan sikap yang tegas dan bijaksana, seperti menegur siswa dan menegur siswa yang berbuat tidak semestinya.
- f. Mengembangkan kreatifitas mahasiswa dengan alat dan sarana prasarana seadanya.

4. Refleksi

Kegiatan PLT ini merupakan bagian dari kegiatan program PLT yang diwajibkan bagi mahasiswa kependidikan UNY. Melalui kegiatan ini dapat menambah interaksi mahasiswa dengan guru, siswa dan seluruh anggota sekolah. Sehingga mahasiswa dapat memperoleh pengalaman yang dapat digunakan nanti pada saat mahasiswa sudah memasuki dunia kerja yaitu menjadi guru di sekolah.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Secara umum dapat disimpulkan bahwa kegiatan PLT/ Magang III di SD Negeri 3 Pengasih berlangsung dengan lancar sesuai tujuan dan kebutuhan warga sekolah. Walaupun terdapat beberapa hambatan, akan tetapi pihak sekolah sangat terbuka dan banyak membimbing kami sehingga kegiatan tetap berjalan sesuai dengan rencana. Hal ini terlihat dari respon positif dari pihak guru, karyawan, dan siswa.

Manfaat yang didapatkan selama melaksanakan kegiatan PLT/Magang III di SD Negeri 3 Pengasih adalah tanggapan anak didik yang sangat antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan PPL yang diselenggarakan. Selain itu, bimbingan dan arahan dari Kepala Sekolah maupun guru-guru SD Negeri 3 Pengasih merupakan bekal yang sangat berharga bagi kami sebelum nantinya kami menjadi seorang guru yang sesungguhnya.

B. Saran

Dari pelaksanaan kegiatan PLT/ Magang III yang dilakukan di SD Negeri 3 Pengasih, penulis menyampaikan beberapa saran yang sekiranya dapat dilakukan, bagi:

1. Mahasiswa
 - a. Hendaknya mempersiapkan diri dengan berbagai keterampilan yang sekiranya dapat menunjang dan dapat diterapkan dalam situasi dan kondisi yang ada di lokasi PLT.
 - b. Menggunakan pengalaman yang didapat selama PLT ini sebagai bekal mengajar yang akan datang.
 - c. Menambah ilmu tentang bagaimana seharusnya mengkondisikan siswa sehingga suasana kelas tidak menjadi gaduh.
 - d. Mahasiswa menyadari bahwa mengajar tidak hanya menyampaikan materi pelajaran namun juga menumbuhkan karakter pada siswa sehingga mengajar perlu menggunakan hati.
 - e. Mencari metode dan media pembelajaran yang tepat, sehingga motivasi belajar siswa meningkat, siswa menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran.
 - f. Lebih dapat mengontrol diri ketika menghadapi siswa yang kurang kooperatif saat pembelajaran berlangsung.

- g. Perlu peningkatan penguasaan materi pelajaran, sehingga dalam praktik mengajar dapat berjalan dengan baik.
 - h. Menjaga kekompakan dalam satu tim PLT.
 - i. Mahasiswa harus dapat beradaptasi di lingkungan yang baru.
 - j. Menjaga nama baik UNY di manapun berada terutama di lokasi PLT.
 - k. Menjaga tali silaturahmi dengan pihak sekolah tempat PLT ketika PLT telah selesai
2. Pihak sekolah
- a. Memberikan bimbingan yang lebih kepada mahasiswa karena mahasiswa masih dalam proses belajar dan masih kurang dalam hal pengalaman.
 - b. Menindaklanjuti program yang telah dilaksanakan dengan kegiatan yang berkesinambungan.
 - c. Fasilitas pembelajaran yang ada di sekolah bisa dimanfaatkan sebaik-baiknya sehingga motivasi belajar siswa bisa meningkat.
3. Pihak UNY
- a. Pihak UNY hendaknya lebih mensosialisasikan bagaimana teknis pelaksanaan PLT yang akan dilaksanakan, apalagi bila terjadi perubahan aturan pelaksanaan PLT.
 - b. Memberikan bekal yang matang bagi mahasiswa sebelum diterjunkan langsung ke lokasi PLT.

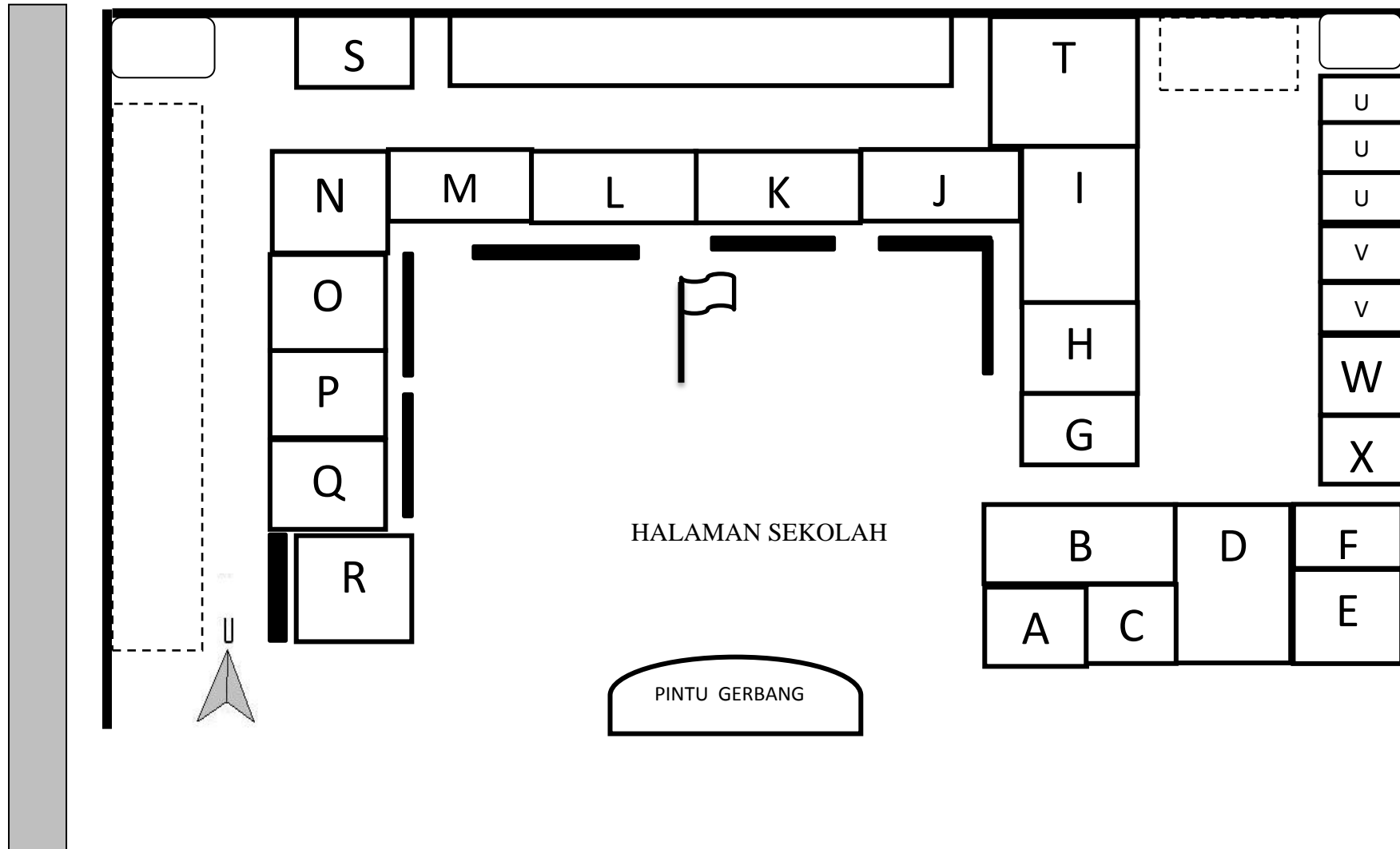
DAFTAR PUSTAKA

Tim Pembekalan PPL. 2014. *Materi Pembekalan PPL*. Yogyakarta: UNY.

Tim PPL UNY. 2015. *Panduan PPL/ Magang III*. Yogyakarta: UNY.

LAMPIRAN

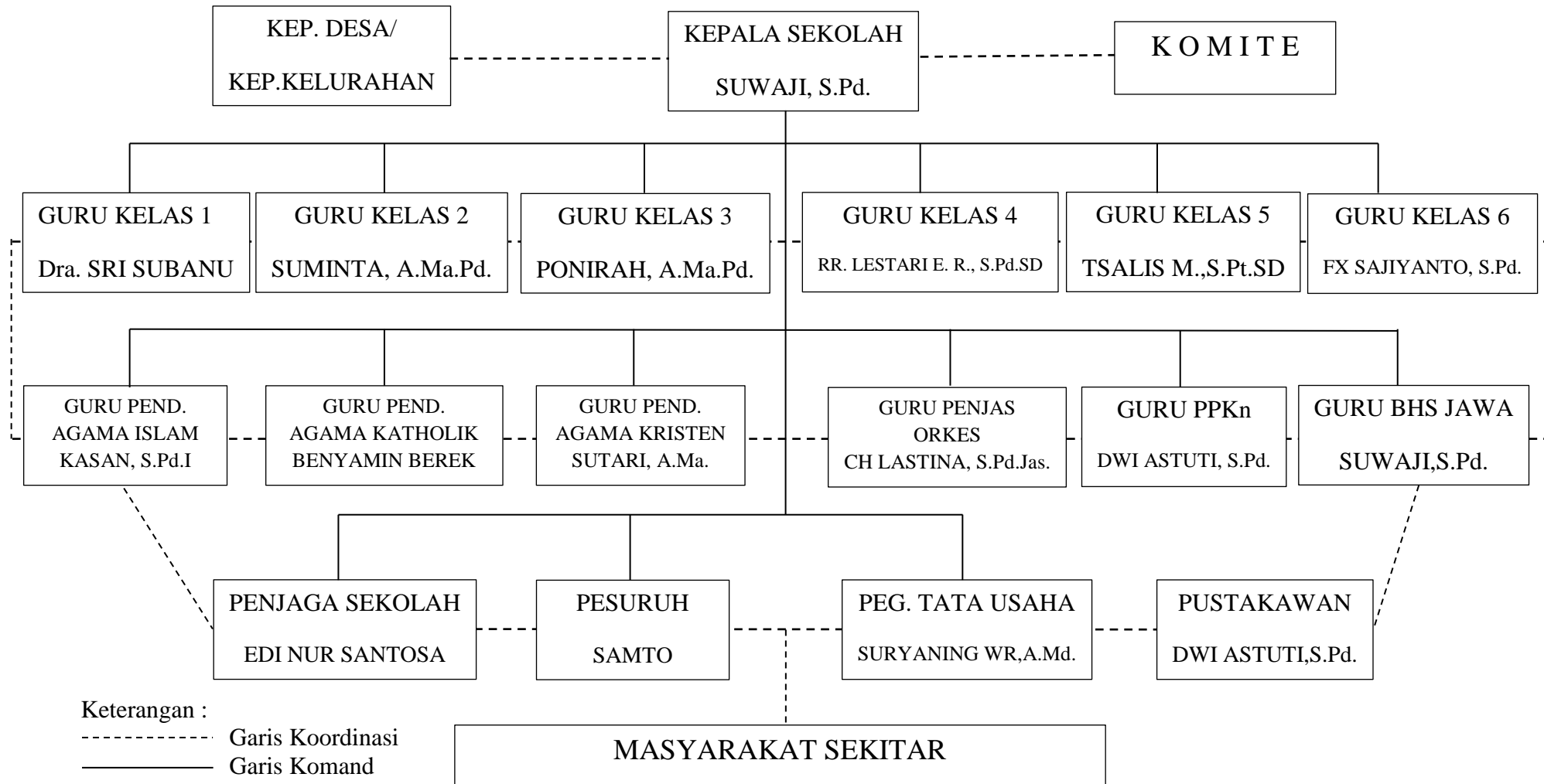
Lampiran 1. Denah Sekolah



Keterangan

A	: Ruang Tamu	N	: Ruang Komputer
B	: Ruang Kepala Sekolah	O	: UKS
C	: Ruang BK	P	: Ruang Kelas 2
D	: Ruang Guru	Q	: Ruang Kelas 1
E	: Ruang TU	R	: Mushola
F	: Ruang Penyimpanan Alat Olah Raga	S	: Kantin/ Koperasi Siswa
G	: Ruang Penyimpanan Alat Drumband	T	: Perpustakaan
H	: Ruang Kelas 6	U	: WC Siswa
I	: Ruang Komputer ICT EQEP	V	: WC Guru
J	: Ruang Karawitan	W	: Gudang
K	: Ruang Kelas 5	X	: Dapur
L	: Ruang Kelas 4		
M	: Ruang Kelas 3		

Lampiran 2. Bagan Struktur Organisasi Sekolah



Lampiran 3. Data Pendidik dan Staff Sekolah

No.	Nama	NIP	Jabatan	Golongan
1.	Suwaji, S.Pd.	19571121 197803 1 007	Kepsek	Pembina, IV/a
2.	Dra. Sri Subanu	19590815 197912 2 009	Guru Kelas I	Pembina, IV/a
3.	Suminta, A.Ma.PD	19600826 198012 1 003	Guru Kelas II	Pembina, IV/a
4.	Ponirah, A.Ma.Pd	19710411 199606 2 001	Guru Kelas III	Pembina, IV/a
5.	RR. Lestari Esti Rahayu, S.Pd	19700927 200501 2 004	Guru Kelas IV	Pengatur Muda, III/b
6.	Tsalis Maghfiroh, S.Pt.SD	-	Guru Kelas V	-
7.	F.X. Sajiyanto, S.Pd	19690212 199703 1 006	Guru Kelas VI	Pembina, IV/a
8.	Kasan, S.Pd.I	19651227 198603 1 007	Guru PAI	Pembina, IV/a
9.	Sutari, A.Ma.	19630524 200003 2 001	Guru Pend. Agama Kristen	Penata Muda Tk I, III/b
10.	CH. Lastinah, S.Pd. Jas	19641105 198403 2 004	Penjasorkes	Pembina, IV/a
11.	Benyamin Berek	-	Guru Pend. Agama Katolik	-
12.	Suryaning Wisnu Ratri, A. Md	-	Operator/ admin	-
13.	Tri Isworo Probowati	-	Operator/ Admin	-
14.	Ario Soviana, S.Pd	-	Operator/ Admin	-
15.	Samto	19670201 199012 1 001	Pesuruh	II/a

Lampiran 4. Data Siswa SD Negeri 3 Pengasih

KELAS 1

NO		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2324	0098015237	FIRMAN ALIF ARDIANSYAH	L
2	2346		AFRIZA MATUL ARDIAN	P
3	2347		AISYAH AMELIA ASTRILITA	P
4	2348		ANDARA PUTRI OCTAVINAYA	P
5	2349		ANNISA GANES YOSI AURERA	P
6	2350		ARFIZA FATUL ARFIAN	L
7	2351		ASYIFA NADIA NARISWARI	P
8	2352		CEYSA AQSITA SARI	P
9	2353		DEVANO DWI RANGGA	L
10	2354		DINDA SAFIRA	P
11	2355		DWI AGUNG PRASETYA	L
12	2356		ERLITA AYU BINTARI	P
13	2357		FAAIZA PUNIE PAMBUDI	P
14	2358		FANELA DWI ANJANI	P
15	2359		FIANTIKA INDAH MINARTI	P
16	2360		FITRA JAKA RAMADHAN	L
17	2361		GABRIELLE GOLDY AYU CANDRA	P
18	2362		GAMAWAN SINDU AJI	L
19	2363		HIZKIA ADONAY KENZI	L
20	2364		IBRAHIM AHFANDI	L
21	2365		NUR SA'IDAH AYU DYA	P
22	2366		NURKHOLIS	L
23	2367		NURWENDAH GALUH INDRASWURI	P
24	2368		PANDU RAMADHAN	L
25	2369		RAAFI RIZEKIA ALLANO	L
26	2370		RACHEZYA NAJWA NADIRA	P
27	2371		RANIA TAHIRA NANDA PUTRI	P
28	2372		SHALLIA MUKTIA ARRAYA	P
29	2373		YUNISA NAUFAH LESTARI	P

KELAS 2

N0		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2311	0082842737	RESTU KURNIAWAN	L
2	2316	0091901973	ABDUR ROZZAQ	L
3	2317	0091901973	ADITYA WAHYU AKBAR SENO PUTRO	L
4	2318	0096669937	AFRISA MULIA ARRAYA	P
5	2319	0092459831	AWI MAILANO	L
6	2320	0109279541	BRIOHANA SIKARINJANI	P
7	2321	0097548663	CANTIKA MEYLA SANIE	P
8	2322	0092198017	DYAH ANINDRA SAPUTRI	P
9	2323	0096454923	FAIRUS RAAFID	L
10	2325	0099592904	GALANG BINTANG RAMADHAN	L
11	2326	0097748267	HANIIFAH USWATUN KHASANAH	P
12	2327	0091096753	KARTIKA CAHYANINGTYAS	P
13	2328	0097286238	MEISYA ANISA KARUNI	P
14	2329	0098682074	MIMAYTIA GITA APSARI	P
15	2330	0093841982	NAFI LUTHFIANA NAFIS	L
16	2331	0094983446	NAZRIEL IZZA SHAPUTRA	L
17	2332	0099678598	PRADIPTA AKMAL AQILLA	L
18	2333	0091425258	RAFI AHMAD KHOIRUDIN	L
19	2334	0091476321	REIZMITA AULIA NURANI	P
20	2335	0097965047	RIDHO MUHAMMAD ROKHIM	L
21	2336	0091392582	ROHAANAH MUFIDAH	P
22	2337	0092890737	ROHMAD PUTRA SYURA	L
23	2338	0094456699	ROHMAN PANJAR MUKTI	L
24	2339	0094762624	SEPTIANA SEKAR NUGRAHENI	P
25	2340	0093982582	VANI AYUDYA GAYATRI	P
26	2341	0097284392	WILDA KHALIFATUN SABILA	P
27	2342	0092692862	YUANITA KHARISMA PUTRI	P
28	2343	0097722764	ZULFAN FERDYAN NOOR RAHMAN	L
29	2374	0094793098	DAVID WIRAYUDA PRATAMA	L

KELAS 3

N0		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2269	0073941456	PUGUH SURYA PRASTAWA	L
2	2274	0078778758	NAUFAL AKHMAD ZAKI	L
3	2288	0074815955	IDHA WULANDARI	P
4	2289	0089744992	DJANGGAN PURBO DJATI	L
5	2290	0089912452	NADHIL AUFA RADIFAN	L
6	2291	0082400522	SANTI MAULIDINA LESTARI	P
7	2292	0086417905	MAULIDA BARETHA SURYANINGTYAS	P
8	2293	0084161905	SHAFRA RAIHANDIKA AJI	L
10	2295	0084812313	MUHAMMAD AFIF DANISHA REFAUT	L
11	2296	0088702713	MELANI CHANTIKA PRATIWI	P
12	2297	0087618082	ANIS EKA PRATIWI	P
13	2298	0086707143	GIZELA CYNTA LAURA	P
14	2299	0084842830	WENI NUR WIDAYANTI	P
15	2300	0082211009	ALFARIDHO JUNIAR IKHSANA	L
16	2301	0089355519	MUHAMMAD ALIF MAGHROBI	L
17	2303	0088497652	BINTAN EVAN JULIO SAPUTRA	L
18	2304	0087092743	ATIKAH DWI WINDARTI	P
19	2305	0081333397	KHUSNA NURUL AULIA	P
20	2306	0085925993	NUUFUS AHMAD ROYAN	L
21	2307	0081064983	ZULAEKHA NURUL KHOLIFAH	P
22	2308	0085908156	YUSUF ALI FIRMANSYAH	L
23	2309	0084821578	NAIYIRA DHAWY ALYANINGTYAS	P
24	2310	0086201087	AGUSTIN DWI CAHYANI	P
25	2312	0087156848	ZAINAH AFI RAMADHANI	P
26	2313	0081186040	ERIYCA RIYA RAMADHANI	P
27	2314	0085608997	REVVY KEYLA CENDY	P
28	2315	0089439686	FAHRO ALHABSY	L

KELAS 4

N0		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2233	0061306717	Rafi Malta Yuhandoko	L
2	2258	0073514063	GALANG REYNANDO	L
3	2259	0073468144	VALENTINA DEWI ANJANI	P
4	2260	0071370745	NAUFAL SHABRI PRATAMA	L
5	2261	0072940594	FAREL ARYA PRATAMA	L
6	2262	0079039088	MUHAMMAD FARHAN PANGESTU	L
7	2263	0078814693	MUHAMMAD RISQI APRIYANTO	L
8	2264	0075219011	RASYA DHIYA AFNAN	L
9	2265	0073074269	MEISYA ZAHRA SETIAWAN PUTRI	P
10	2266	0072899184	FAKHRUL IKHWAN FAUZI	L
11	2267	0074960784	ARWA KAMILIYA	P
12	2268	0078277393	SONY ADI PRAMUDYA	L
13	2271	0075803468	VARENDA LESTYANTO	L
14	2272	0076060785	NIKEN ANDYA PRASASTI	P
15	2273	0071594353	ALIKA AYU RANJANI	P
16	2275	0079228523	NAUFAL AKHMAD ZEIN	L
17	2276	0077562003	BINTANG ADELINA RIDWAN	P
18	2277	0072402467	WIDIE EKA DAHLIANA	P
19	2278	0075161593	NISFU HISYAM PAMBUDI	L
20	2279	0074070094	KHOLID WIRA YUDHA	L
21	2280	0076019542	KALISTA NUR CAHYA	P
22	2281	0076421265	RAIHAN AZZAHRA PUSPADEWI WANDHANSARI	P
23	2282	0078393715	DANANG HADI PRABOWO	L
24	2283	0073141164	CHAILILA RONA NAFRISKA	P
25	2284	0078123296	ROFIQ FANDY ISMANTO	L
26	2285	0076612076	ANINDYA SALMA AYU HAFIZAH	P
27	2344		FADLURAHMAN ISMAIL	L

KELAS 5

N0		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2227	0065816377	Muhammad Nur Azis	L
2	2228	0062318333	Hasbi Tri Nugroho	L
3	2229	0069372607	Azimatun Syahla Fii Diinillah	P
4	2230	0067088920	Firman Adiyadmaja	L
5	2232	0064636715	Vania Shavira Marizka	P
6	2234	0069531922	Uun Anom Miyarta	L
7	2235	0068728001	Elisabeth Anggita Pangestuti	P
8	2237	0068779926	Muhammad Sholehudin	L
9	2238	0062362025	Adillah Ahmidatul Izzati	P
10	2240	0067944254	Ikhzan Pradana Putra	L
11	2241	0065711578	Mentari Seffilda Sani	P
12	2242	0069289939	Mustafa Azhar Jibrán	L
13	2243	0061400698	Azis Kurniawan	L
14	2244	0061315843	Ahnaf Alfian Rachman	L
15	2245	0068942251	Lailatus Isti`anah	P
16	2246	0066831562	Miswa Okta Rama Dhewa	L
17	2248	0069552888	Putri Nasya Alifia	P
18	2249	0061334571	Farhan Ikhwan Fahlefi	L
19	2250	0069159149	Alifah Zahra Setyahadi	P
20	2251	0131402382	Kaisar Juan Sigit	L
21	2252	0063408290	Destu Rifa Patrandwi	L
22	2253	0077856257	Vanya Keysa Ramadani	P
23	2254	0073732410	Indina Laksita Dewi	P
24	2257	0073703880	Rahardian Nur Fallah	L
25	2287	0071241535	Nirayndra Sari Faadia Jasmine	P
26	2345		Muhammad Abrisam Ahza	L
27	2375	006688719	Reva Syavina	P

KELAS 6

N0		NISN	NAMA SISWA	L/P
URUT	INDUK			
1	2176	0044893554	GARINDRA FAJAR EKA HARTANTA	L
2	2198	0055729381	Shada Arfa Maulana	L
3	2199	0059127403	Noor Aini Ambarwati	P
4	2200	0053412971	Nastiti Ambarwati	P
5	2201	0058948172	Kiuhuana Illiyasa	L
6	2202	0054738069	Naufal Wira Yudha	L
7	2203	0054545818	Arif Tri Winanta	L
8	2204	0051249470	Jalu Waskito Aji	L
9	2205	0051050686	Radhita Milati	P
10	2206	0056799387	Riki Maulana	L
11	2207	0052069944	Nuraeni Amalina	P
12	2208	0052042994	Al Farazi Zacky Farsyah	L
13	2209	0055767958	Aura Natasya Zeliyanti	P
14	2210	0057393466	Michael Ucok Hasibuan	L
15	2211	0054264887	Bella Septia Nurcahyani	P
16	2212	0051232888	Ariel Bima Syahputra	L
17	2213	0059632511	Fajar Dwi Hardiansyah	L
18	2214	0059433035	Muhammad Fajar Kurniawan	L
19	2215	0052250197	Fitri Alifah Nuraini	P
20	2216	0051879345	Ganish Dinaring Wilujeng	P
21	2217	0053674416	Zuhdi Alim Prakoso	L
22	2218	0069363014	Nasywa Monica Ardiyanti	P
23	2219	0062795805	Galanta Priatama	L
24	2221	0063801718	Fajar Sasmita Friady Putra	L
25	2222	0067916520	Afrida Virgiana Febita Ningrum	P
26	2223	0066083746	Rendy Ardiyanta	L
27	2224	0062505890	Astri Rianisa Hastuti	P
28	2255	0055769467	Laluna Aulia Agasi	P

Lampiran 5. Jadwal Pelajaran SD Negeri 3 Pengasih

JADWAL PELAJARAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PENGSIH
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
I		07.00 – 07.15	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>
	1	07.15 – 07.50	Upacara	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Senam
	2	07.50 – 08.25	Tematik	Penjasorkes	Tematik	Tematik	P. Agama
	3	08.25 – 09.00	Tematik	P. Agama	Tematik	Tematik	P. Agama
	4	09.00 – 09.35	Tematik	P. Agama	Tematik	Tematik	Penjasorkes
		09.35 – 09.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
	5	09.50 – 10.25	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Penjasorkes
	6	10.25 – 11.00	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	B. Jawa
	7	11.00 – 11.35	B. Jawa	Tematik	Tematik	Tematik	Pen.Terset(PT)
		11.35 – 12.25	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma
	8	12.25 – 13.00	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Eskul
	9	13.00 - 13.35	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul
		13.35 – 13.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
	10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul		
KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
		07.00 – 07.15	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>
	1	07.15 – 07.50	Upacara	P. Agama	Tematik	Penjasorkes	Senam
	2	07.50 – 08.25	Tematik	P. Agama	Tematik	Penjasorkes	Tematik
	3	08.25 – 09.00	Tematik	Penjasorkes	Tematik	P. Agama	Tematik
	4	09.00 – 09.35	Tematik	Penjasorkes	Tematik	P. Agama	Tematik
		09.35 – 09.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat

II	5	09.50 – 10.25	Tematik	B. Jawa	Tematik	Tematik	Tematik
	6	10.25 – 11.00	Tematik	B. Jawa	Tematik	Tematik	Tematik
	7	11.00 – 11.35	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik	Pen.Terset(PT)
		11.35 – 12.25	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma
	8	12.25 – 13.00	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Eskul
	9	13.00 - 13.35	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul
		13.35 – 13.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
	10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
	11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
III		07.00 – 07.15	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
	1	07.15 – 07.50	Upacara	Matematika	P Agama	Matematika	Senam
	2	07.50 – 08.25	Matematika	Matematika	P Agama	Matematika	Penjasorkes
	3	08.25 – 09.00	Matematika	B.Indonesia	B. Jawa	Penjasorkes	Penjasorkes
	4	09.00 – 09.35	P. Agama	B.Indonesia	B. Jawa	Penjasorkes	B.Indonesia
		09.35 – 09.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
	5	09.50 – 10.25	P. Agama	IPS	IPA	SBK	B.Indonesia
	6	10.25 – 11.00	B.Indonesia	IPS	IPA	SBK	PKn
	7	11.00 – 11.35	B.Indonesia	PKn	IPA	SBK	Pen.Terset(PT)
		11.35 – 12.25	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma
	8	12.25 – 13.00	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Eskul
	9	13.00 - 13.35	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul
		13.35 – 13.50	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat	Istirahat
10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul		
11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul		
KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
		07.00 – 07.15	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi	Literasi
	1	07.15 – 07.50	Upacara	Matematika	Matematika	P Agama	Senam
	2	07.50 – 08.25	Penjasorkes	Matematika	Matematika	P Agama	B.Jawa

IV	3	08.25 – 09.00	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Matematika	Tematik
	4	09.00 – 09.35	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Matematika	Tematik
		<i>09.35 – 09.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>
	5	09.50 – 10.25	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	6	10.25 – 11.00	P Agama	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	7	11.00 – 11.35	P Agama	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
		<i>11.35 – 12.25</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>
	8	12.25 – 13.00	B.Jawa	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
	9	13.00 - 13.35	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Eskul	Eskul
		<i>13.35 – 13.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>
	10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul
11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT
V		<i>07.00 – 07.15</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>
	1	07.15 – 07.50	Upacara	Tematik	Penjasorkes	Matematika	Senam
	2	07.50 – 08.25	P Agama	Tematik	Penjasorkes	Matematika	Matematika
	3	08.25 – 09.00	P Agama	Tematik	Tematik	Tematik	Matematika
	4	09.00 – 09.35	Matematika	Tematik	Tematik	Tematik	Tematik
		<i>09.35 – 09.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>
	5	09.50 – 10.25	Matematika	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Tematik
	6	10.25 – 11.00	Tematik	Penjasorkes	Tematik	Tematik	Tematik
	7	11.00 – 11.35	Tematik	B.Jawa	Tematik	P Agama	Tematik
		<i>11.35 – 12.25</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>	<i>Isoma</i>
	8	12.25 – 13.00	Tematik	B.Jawa	Tematik	P Agama	Tematik
9	13.00 - 13.35	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Eskul	Eskul	
	<i>13.35 – 13.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	
10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
KL	Jam ke	WAKTU	SENIN	SELASA	RABU	KAMIS	JUMAT

		<i>07.00 – 07.15</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>	<i>Literasi</i>
VI	1	07.15 – 07.50	<i>Upacara</i>	IPA	B.Jawa	Matematika	Senam
	2	07.50 – 08.25	Matematika	IPA	B.Jawa	Matematika	Matematika
	3	08.25 – 09.00	Matematika	B.Indonesia	Penjasorkes	Matematika	Matematika
	4	09.00 – 09.35	B.Indonesia	B.Indonesia	Penjasorkes	IPA	PKn
		<i>09.35 – 09.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>
	5	09.50 – 10.25	B.Indonesia	S B K	Penjasorkes	IPA	PKn
	6	10.25 – 11.00	I P S	S B K	Penjasorkes	B.Indonesia	<i>P.Agama</i>
	7	11.00 – 11.35	I P S	<i>P. Agama</i>	S B K	B.Indonesia	<i>P.Agama</i>
		<i>11.35 – 12.25</i>	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma	Isoma
	8	12.25 – 13.00	I P S	<i>P. Agama</i>	S B K	Pen.Terset(PT)	<i>TBTQ</i>
	9	13.00 - 13.35	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)	Pen.Terset(PT)
	<i>13.35 – 13.50</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	<i>Istirabat</i>	
10	13.50 – 14.25	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	
11	14.25 – 15.00	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	Eskul	

Lampiran 6. Jadwal Mengajar Terbimbing dan Mandiri

JADWAL PLT

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1	Senin, 25 September 2017	4	Materi : Lempar Tangkap Bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2	Senin, 29 September 2017	1	Materi : Gerakan meliukkan badan (pundak,lutut,kaki)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
3	Kamis, 4 Oktober 2017	5	Materi : Pengenalan kuda-kuda (pencak silat)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
4	Senin, 5 Oktober 2017	2	Materi : Lempar tangkap bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

JADWAL PLT MANDIRI

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1	Senin, 13 Oktober 2017	1	Materi : Melempar bola kedalam keranjang(cone)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2	Senin, 18 Oktober 2017	5	Materi : Renang gaya bebas	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
3	Kamis, 20 Oktober 2017	3	Materi : Menendang Bola,melempar,menangk ap bola	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
4	Rabu, 01 November 2017	6	Materi : Sikap tubuh yang benar	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

Lampiran 7. Jadwal Ujian Mengajar

JADWAL UJIAN PLT

No	Tanggal	Kelas	Materi Pembelajaran	Guru Penilai
1.	Rabu, 01 November 2017	5	Materi : pencak silat serangan(pukulan,tendan gan,tangkisan)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas
2.	Kamis, 07 November 2017	1	Materi: Gerakan seimbang(tarik menarik)	CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

Lampiran 8. Rencana Pelaksanaan dan Pembelajaran

- Pertemuan ke 1

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

PJOK

Satuan Pendidikan : SD NEGRI 3 PENGASIH
Kelas / Semester : 4 /1
Tema : Selalu Berhemat Energi (Tema 2)
Sub Tema : Sumber Energi (Sub Tema 1)
Jenis Kegiatan : Bermain Lempar dan Menangkap bola (Tangkap bola)
Pembelajaran ke : 6
Alokasi waktu : 4 x 35 menit (1x pertemuan)
Hari/Tanggal : Senin ,25 September 2017

A. TUJUAN

1. Setelah berdiskusi dan mengamati peragaan dari guru, siswa mampu menjelaskan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi dan mengamati peragaan dari guru, siswa mampu mempraktikkan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar dengan benar.

A. KOMPETENSI INTI

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

B. KOMPETENSI DASAR

Muatan : PJOK

Kompetensi	Indikator
3.1 Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.2 Menjelaskan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar.
4.1 Mempraktikkan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	4.1.2 Mempraktikkan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar.

C. MATERI

Teknik Melempar dan tangkap Bola

D. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*

Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

E. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, 2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa. 3. Mengajak berdinamika dengan tepuk kompak dan lagu yang relevan. 4. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak. 5. Siswa melakukan pemanasan dengan tahapan: <ol style="list-style-type: none"> a. Peregangan: mempraktikkan variasi gerak 	20 menit

	<p>dasar non lokomotor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memutar pinggang • Menekuk badan, tangan, dan kaki, • Memiringkan badan • Membentang tangan dan kaki • Memutar badan menghadap ke kiri, ke kanan, dan ke belakang <p>b. Pemanasan: mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jalan dengan lintasan lurus dan zig-zag • Lari dengan lintasan lurus dan zig-zag. <p>6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</p>	
Kegiatan Inti	<p>Permainan Bola Besar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menyampaikan bahwa hari ini siswa akan kembali bermain lempar dan tangkap bola. Siswa akan bermain dengan variasi yang berbeda. 2. Permainan lebih ditekankan kepada teknik melempar lurus. Perhatikan arahan dan contoh dari gurumu. 3. Siswa membaca aturan bermain. <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">Ayo, Tangkap Bola</p> <p>Perlengkapan: Bola besar Aturan bermain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dibagi atas dua kelompok, kelompok A dan B 2. Setiap kelompok membentuk lingkaran. 3. Siswa dalam setiap kelompok berdiri di dalam gambar lingkaran yang telah dibuat oleh guru. 4. Kelompok A dan B bermain secara bersamaan. 5. Setiap kelompok mendapatkan satu bola besar. 6. Setiap anggota kelompok akan mengoper bola kepada anggota kelompok lain yang berdiri berseberangan (tidak diperkenankan mengoper bola ke anggota kelompok yang berdiri di sebelah kanan atau kiri) 7. Ketika bola ditangkap seluruh peserta berpindah ke lingkaran di sebelah kiri mereka searah jarum jam. 8. Apabila bola jatuh ke tanah atau anggota kelompok tidak berdiri dengan satu kaki, maka dianggap sebagai pelanggaran. 9. Kelompok yang melakukan pelanggaran paling sedikit akan menjadi pemenang. </div> <ol style="list-style-type: none"> 4. Setelah melakukan kegiatan, siswa mendiskusikan pertanyaan yang terdapat dalam buku siswa secara berkelompok. 5. Siswa menyampaikan hasil diskusi dalam kelompok. 	105 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa melakukan perenungan dengan menjawab pertanyaan yang terdapat dalam buku siswa. 2. Guru dapat menambahkan pertanyaan perenungan berdasarkan panduan yang terdapat pada lampiran di buku guru.. 3. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan. 4. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya. 	15 menit

	<ol style="list-style-type: none"> 5. Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak. 6. Salam dan do'a penutup 	
--	--	--

F. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 2 Kelas 4 dan Buku Siswa Tema 2 Kelas 4 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016).
2. Software Pengajaran kelas 4 SD/MI dari JGC.
3. Video/slide/gambar Bermain bola besar.

G. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian.

2. Catatan Anekdote untuk mencatat sikap (disiplin dan tanggung jawab) (Contoh terlampir di bagian lampiran Buku Guru).

- a. Guru dapat menggunakan kata-kata berikut untuk menyatakan kualitas sikap dan keterampilan.
 - Belum terlihat
 - Mulai terlihat
 - Mulai berkembang
 - Sudah terlihat/membudaya
- b. Setiap hari guru dapat menilai minimal 6 siswa atau disesuaikan dengan jumlah siswa di kelas.
Contoh alternatif penilaian sikap

Nama :

Kelas/Semester :

Pelaksanaan Pengamatan :

No	Sikap	Belum Terlihat	Mulai Terlihat	Mulai Berkembang	Membudaya	Keterangan
1	Berani					
2	Percaya diri					
3						

Centang (√) sesuai kriteria

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui

Guru PJOK Kelas 4 ,

Pengasih, 25 September 2017

Calon Guru PJOK ,

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas.

NIP.196411051984032004

MOHAMMAD YUSUF

NIM 14604224013

- Pertemuan ke 2 terbimbing

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

KURIKULUM 2013

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 3 PENGASIH
Kelas / Semester : 1 /1
Tema : Kegemaranku (Tema 2)
Sub Tema : Gemar Bernyanyi dan Menari (Sub Tema 2)
Jenis Kegiatan : Gerakan Meliukan Badan 2
(Mempraktikkan gerakan ”kepala, pundak, lutut, kaki”)
Pembelajaran ke : 4
Alokasi waktu : 2 x 35 menit (2x Pertemuan)
Hari/Tanggal : 28 September 2017

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati gambar, siswa dapat menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat.
2. Melalui peragaan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki, siswa dapat mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat dengan tepat dan percaya diri.

B. KOMPETENSI INTI

- Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya
- Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru.
- 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 dan di sekolah.
- 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.

C. KOMPETENSI DASAR

Muatan: PJOK

Kompetensi	Indikator
<p>3.2 Memahami prosedur gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.</p>	<p>3.2.1 Menjelaskan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana.</p> <p>3.2.2. Menjelaskan gerakan memutar badan tanpa berpindah tempat.</p> <p>3.2.3. Menjelaskan gerakan memegang kepala, pundak , lutut , kaki.</p> <p>3.2.4. Menjelaskan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, kaki , dengan dimodifikasi kompetisi cekat-cekatan mengambil bola kecil di depannya menggunakan permainan tradisional.</p>
<p>4.2 Mempraktikkan prosedur gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.</p>	<p>4.2.1 Mempraktikkan prosedur gerakan meliukkan badan tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.</p> <p>4.2.2 Mempraktikkan gerakan memutar badan tanpa berpindah tempat.</p> <p>4.2.3 Mempraktikkan gerakan memegang kepala , pundak, lutut, kaki.</p> <p>4.2.4 Mempraktikkan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, kaki dengan dimodifikasi dengan bola kecil.</p>

D. MATERI

- Gerak dasar non-lokomotor
- Gerakan memutar badan tanpa berpindah tempat.
- Mempraktikkan gerakan memegang “kepala, pundak, lutut, kaki”
- Mempraktikkan gerakan memegang kepala pundak, lutut, kaki dimodifikasi dengan bola kecil.

E. PENDEKATAN & METODE


Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 6. Guru memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing, 7. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa. 8. Mengajak berdinamika dengan tepuk kompak dan lagu yang relevan. 9. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak. 10. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini. 11. Guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan sebelum kegiatan dimulai. 	10 menit
Kegiatan Inti	<p>Gerakan Memegang “kepala, pundak, lutut, kaki”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati gambar gerakan meliukkan tubuh memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki. <div data-bbox="626 1440 1242 1956" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">  </div> <ol style="list-style-type: none"> 2. Siswa menyerap informasi yang disampaikan guru melalui teks dan gambar. 3. Guru mengarahkan siswa untuk menyimak instruksi dengan teliti. 4. Siswa melakukan gerakan memegang kepala, lutut, dan kaki. 	65 menit

5. Guru memperhatikan gerakan siswa guna memastikan gerakan dilakukan dengan tepat agar bermanfaat bagi tubuh siswa.
6. Hal-hal yang guru dan siswa harus perhatikan adalah sebagai berikut.
 - tegakkan punggung saat memegang kepala.
 - sejajarkan lengan dengan telinga saat memegang kepala.
 - luruskan lengan ke samping saat memegang pundak.
 - luruskan punggung dan kaki saat memegang lutut.
 - luruskan kaki saat jari tangan menyentuh kaki.
7. Siswa melakukan masing-masing gerakan 3 kali. Tiap set gerakan yang terdiri dari 3 kali diulang hingga 8 kali.

Saran untuk menghitung gerakan

kepala: 1, 2, 3

pundak: 1, 2, 3

lutut: 1, 2, 3

kaki: 1, 2, 3 → setiap selesai gerakan memegang kaki tiga kali, hitung 1 set, lalu kembali ke kepala. Ulangi sampai 8 set.

8. Siswa melakukan gerakan sambil menyanyikan lagu “Kepala, Pundak, Lutut, Kaki”

Kepala Pundak Lutut Kaki

Kepala pundak lutut kaki

lutut kaki

Kepala pundak lutut kaki

lutut kaki

mata telinga mulut hidung dan pipi

Kepala pundak lutut kaki

lutut kaki

9. Siswa melakukan gerakan Kepala, Pundak, Lutut, kaki dan ketika guru bilang bola maka siswa memegang Bola tersebut, dimodivikasi dengan bebasangan dan kompetisi

Kegiatan	7. Setelah kegiatan, guru mengajak siswa untuk melakukan pendinginan.	15
Penutup	8. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan. 9. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya. 10. Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak. 11. Salam dan do'a penutup	menit

G. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 2 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 2 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
2. Software Pengajaran kelas 1 SD/MI dari JGC.
3. Software Pengajaran Penjaskes SD/MI dari JGC.
4. Video/slide/gambar tentang gerakan "kepala, pundak, lutut, kaki"
5. Lagu "kepala, pundak, lutut, kaki" dari JGC

H. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut

1. Penilaian Sikap : Pengamatan dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan.

Contoh lembar pengamatan sikap :

Nama : Arora

Kelas/Sem : Kelas I/Sem 1

Pelaksanaan pengamatan : Di luar/di dalam pembelajaran

No	Aspek yang diamati	Tanggal	Catatan guru
1.	Rapi	7/09/2016	Berbaris rapi
2.	Percaya diri	7/09/2016	Mempraktekkan gerakan "kepala, pundak, lutut, kaki"

2. Penilaian Keterampilan

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
1. Mempraktikkan prosedur gerakan meliuk memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki dengan tempo lambat, sedang, dan cepat.	Melakukan gerakan dengan tepat tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan tepat namun dengan intervensi minimal	Gerakan kurang tepat dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan tepat

Centang (√) yang memenuhi kriteria

- Kriteria penilaian masing-masing memiliki poin 25 di setiap bobot angka. Jika bobotnya 4, maka skornya adalah $4 \times 25 = 100$, dan seterusnya.
- a) Mempraktikkan prosedur gerakan meliuk memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki dengan tempo lambat, sedang, dan cepat.

No.	Nama Siswa	Melakukan gerakan dengan tepat tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan tepat namun dengan intervensi minimal	Gerakan kurang tepat dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan tepat	Pre dik at
1.	Dayu	√	√	√	√	Sangat Baik
2.	Udin	√	√	√	-	Baik
3.	Beni	-	√	√	√	Baik

- b) Memeragakan gerakan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki dengan tempo lambat, sedang, dan cepat.

No.	Nama Siswa	Memeragakan gerakan tempo lambat dengan tepat	Memeragakan gerakan tempo sedang dengan tepat	Memeragakan gerakan tempo cepat dengan tepat	Memeragakan gerakan dengan percaya diri	Pre dik at
1.	Dayu	√	√	√	√	Sangat Baik
2.	Udin	√	√	√	-	Baik
3.	Beni	-	√	√	√	Baik

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui

Guru PJOK Kelas 1,

Pengasih, 28 September 2017

Calon Guru PJOK Kelas 1 ,

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.ijs.

NIP.196411051984032004

MOHAMMAD YUSUF

NIM 14604224013

- Pertemuan ke 3 terbimbing

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

PJOK

KURIKULUM 2013

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 3 PENGASIH
Kelas/Semester : V / 1
Muatan Terpadu : PJOK
Jenis Kegiatan : Gerakan kuda-kuda pencak silat
Alokasi Waktu : 2 x 35 menit (2x Pertemuan)
Hari/Tanggal : 2 Oktober 2017

A. Kompetensi Inti (KI)

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 dijumpai dirumah, sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam sebuah karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan anak beriman dan berakhlak mulia

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

Kompetensi Dasar	Indikator
------------------	-----------

3.4 Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.	3.4.1 Memahami gerakan sikap pasang dalam pencak silat satu . 3.4.2 Memahami gerakan kuda-kuda kiri depan 3.4.3 Memahami gerakan kuda –kuda 8 arah mata angin dalam pencak silat
4.4 Mempraktikan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri.	4.4.1 Dapat mempraktikan gerakan pasang dalam pencak silat . 4.4.2 Dapat mempraktikaan gerakan kuda-kuda kiri depan 4.4.3 Dapat mempraktikan gerakan kuda-kuda 8arah mata angin dalam pencak silat

C. Tujuan

Setelah mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran peserta didik dapat:

- 3.4.1.1 Siswa mampu memahami gerakan sikap kuda-kuda pasang satu.
- 3.4.2.1 Siswa mampu memahami gerakan kuda-kuda kiri depan.
- 3.4.3.1 Siswa mampu memahami gerakan kuda-kuda delapan arah mata angin.
- 4.4.1.1 Siswa mampu mempraktikan gerakan sikap Kuda-kuda pasang 1 .
- 4.4.2.1 Siswa mampu mempraktikan gerakan kuda-kuda kiri depan .
- 4.4.3.1 Siswa mampu mempraktikan gerakan kuda-kuda delapan arah mata

1.Materi Pembelajaran Reguler

1. Sikap pasang satu dalam pencak silat
2. Kuda-kuda kiri depan
3. Kuda-kuda delapan arah mata angin

2. Materi Pembelajaran Pengayaan

- 1.Sikap pasang 1 dengan dilanjutkan tendangan sabit kiri dan kanan 4x

2. Tendangan sabit dengan di lanjutkan bantingan ke depan 4x

D. Metode Pembelajaran

Pendekatan : *Scientific*

E. Media Pembelajaran


Alat Pembelajaran:



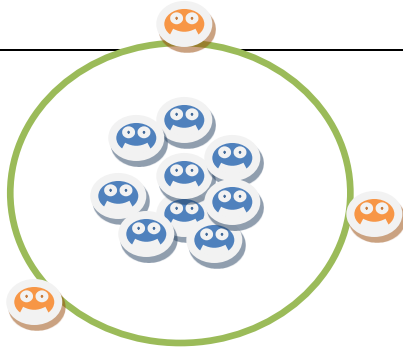
- a. Peluit dan Stopwatch
- b. cone
- c. Bola plastik
- d. Gambar

F. Sumber dan Media

- 1. Buku pedoman guru tema 4 kelas 5 dan buku peserta didik tema 4 kelas 5 (buku tematik terpadu kurikulum 2013, Jakarta : Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
- 2. Gambar tentang gerakan tangkisan, pasang dan awalan dalam pencak silat.

G. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	Gambar / Posisi
<p>Pendahuluan (10)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan salam dan mengajak peserta didik berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing. 2. Guru melakukan presensi tentang kehadiran peserta didik, mempertanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga. 3. Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin melakukan pemanasan. Pemanasan yang dilakukan antara lain: pemanasan untuk seluruh tubuh dan pemanasan secara spesifik untuk jenis aktivitas yang akan dilakukan. Tujuan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik yaitu: untuk mempersiapkan tubuh menerima beban yang lebih berat, untuk mengurangi resiko cedera dalam melakukan aktivitas fisik, dan untuk menciptakan ruang gerak persendian lebih luas. 4. Melakukan aktivitas permainan kecil untuk pemanasan sebelum ke materi pembelajaran dengan melakukan Berburu mangsa (dengan menggunakan bola) . 5. Cara memainkan : <ul style="list-style-type: none"> -Peserta didik/i dibariskan melingkar / membentuk kotak -peserta didik/i melakukan hompipmpa untuk menentukan pemburu (diambil 2-3 pemburu). 	

<p>-Pemburu diberi bola untuk mengenai mangsa yang berada ditengah lingkaran(bagian yang harus dikenai pinggang kebawah).</p> <p>-Mangsa harus bergerak menghindari lemparan bola dan boleh menangkisnya dengan tangan dan bila terkena bola maka peserta didik tersebut ganti menjadi pemburu.</p> <p>-Pemburu dikasih 2 bola untuk memudahkan mengenai mangsa dan boleh untuk bekerja sama/mengoper ke pemangsa lain untuk mengecoh dan menggoyahkan konsentrasi mangsa lalu melemparkannya, karena mangsa dibolehkan untuk menangkis.</p> <p>-Permainan dimulai setelah guru meniup peluit.</p> <p>6. Guru menanyakan kepada peserta didik/i “Apa saja unsur yang terkandung di dalam permainan tersebut” ?</p> <p>7. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan tersebut, yaitu : keterampilan gerak dasar tangkisan dalam pencak silat.</p>	<p>Ket:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mangsa  2. Pemburu 
<p>Kegiatan Inti : 65 Menit</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengamati media gambar yang ditunjukkan oleh guru yang berkaitan dengan materi yang menunjang gerak dasar pencak silat. • Guru menegaskan hal-hal yang perlu diamati yang berkaitan dengan materi yang menunjang dalam gerak dasar pencak silat. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik merumuskan pertanyaan terkait hal-hal yang sudah diamati. • Peserta didik merumuskan pertanyaan tentang media gambar yang ditunjukkan oleh guru yang berkaitan dengan awalan,sikap pasang dan tangkisan di dalam pencak silat. 	

<p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selanjutnya mempraktikkan beberapa gerak langkah ke berbagai arah,sesuai instruksi guru. • Misal istruksi siap siswa melakukan gerkan awalan, instruksi 1 siswa melakukan pasang satu, instruksi 2 siswa melakukan gerakan kuda-kuda kiri depan <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara melakukan gerak tangkisan, apakah kegunaannya bagi kehidupan sehari-hari <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerak sikap pasang dan tangkisan yang menunjang dalam teknik dasar pencak silat , serta mampu melakukan perbaikan keterampilan dengan teman selama malakukan pembelajaran. • Guru mengapresiasi peserta didik atas kesungguhan mereka dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. • Guru mengingatkan peserta didik untuk bersyukur, dan berhati-hati dalam melakukan kegiatan pembelajaran. 	
<p>Penutup : 15 Menit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru melakukan evaluasi terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan. • Guru memberikan memberikan tugas pengayaan kepada peserta didik yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik. • Melakukan pelepasan dan pendinginan. • Menginformasikan materi minggu depan, berdoa dan menutup dengan salam. 	

I. Penilaian

1. Penilaian Sikap Spritual

Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa pengamatan.Berikan tanda cek

(√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Aspek yang dinilai	Skor	
		Ya	Tidak
1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan pembelajaran		
2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan		
3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat /presentasi		
4	Melakukan ibadah sesuai agamanya masing-masing.		
5			

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

2. Penilaian Sikap Sosial

Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa pengamatan. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Sikap yang diharapkan	Skor	
		1	2
1	Bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan		
2	Menerima perbedaan dengan orang lain		
3	Masuk kelas tepat waktu		
4	Mengumpulkan tugas tepat waktu		
5	Memakai seragam sesuai tata tertib		
6	Mengerjakan tugas yang diberikan		
7	Tertib dalam mengikuti pembelajaran		
8	Membawa buku teks sesuai mata pelajaran		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

3. Penilaian Pengetahuan

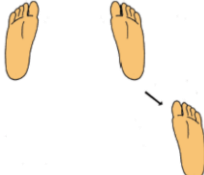
a. Teknik penilaian

Peserta didik mendapat nilai 1 jika mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

Ujian Tulis

b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

1. Berasal dari negara manakah seni bela diri pencak silat....
 - A. Malaysia
 - B. Singapura
 - C. Indonesia
 - D. Brunei darussalam
2. Manakah dibawah ini seni Bela diri yang berasal dari Indonesia....
 - A. Pencak Silat
 - B. Karate
 - C. Judo
 - D. Tekwondo
3. Berikut merupakan gerak langkah ditinjau dari arahnya, Kecuali....
 - A. Langkah Geseran
 - B. Langkah maju kedepan
 - C. langkah kebelakang
 - D. langkah samping kanan
4. Sikap awal gerak arah langkah adalah.....
 - A. Sikap Duduk
 - B. Sikap jongkok
 - C. Sikap Tegak
 - C. Sikap kuda-kuda
5. Gambar disamping merupakan gambar 
 - A. Gerak langkah serong kanan belakang
 - B. Gerak Langkah Kekiri
 - C. Gerak Langkah kekanan
 - D. Gerak Langkah serong kiri depan

Keterangan :

- Setiap butir soal memiliki nilai 2 jika benar
- Skor total apabila jawaban benar adalah 10

Rumus Penghitungan Skor

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

4. Penilaian Keterampilan

Instrumen penilaian ini berupa Praktik/unjuk kerja.

Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

Kriteria skor : Pelaksanaan posisi awalan,sikap pasang satu,kuda-kuda kiri depan. Kuda-kuda delapan arah mata angin

Nilai 1: jika kriteria yang dilakukan secara benar

No.	Jenis Gerakan	Kriteria Penilaian			Jumlah
		1	2	3	
1.	Gerak Pasang 1				
2.	Gerak kuda-kuda kiri depan				
3.	Gerak kuda-kuda 8 arah mata angin				
Jumlah skor maksimal = 20					

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

Mengetahui

Guru PJOK Kelas 5,

Pengasih, 2 Oktober 2017

Calon Guru PJOK Kelas 5 ,

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.i.as.

NIP.196411051984032004

MOHAMMAD YUSUF

NIM 14604224013

- Pertemuan ke 4 terbimbing

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) KURIKULUM 2013**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 3 Pengasih
Kelas / Semester : 2 /1
Tema : Bermain di Lingkunganku (Tema 2)
Sub Tema : Bermain di Lingkungan Sekolah (Sub Tema 3)
Jenis kegiatan : Lempar tangkap bola
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 2 X 35 menit
Hari/Tanggal : Selasa, 03 September 2017

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, sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan : PJOK

No	Kompetensi	Indikator
4.1	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.	4.1.1 Mempraktikkan prosedur gerakan melempar bola. 4.1.2 Mempraktikkan gerakan menangkap bola 4.1.3 Mempraktikkan gerakan melempar dan menangkap bola dengan variasi permainan.

C. TUJUAN

1. Dengan diberikan contoh prosedur melompat dari guru, siswa dapat mempraktikkan prosedur melempar bola.
2. Dengan diberikan contoh gerakan dari guru, siswa dapat mempraktikkan gerakan menangkap bola.
3. Siswa mampu mempraktikkan gerakan melempar dan menangkap bola dengan permainan tradisional

D. MATERI

- Gerakan dasar lokomotor
- Prosedur menangkap bola
- Bermain melempar dan menangkap bola.

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*

Metode : Penugasan, pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Ceramah

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Gambar	Kegiatan Pembelajaran	Alokasi Waktu
<p style="text-align: center;">X XXXXXXXX XXXXXXXX XXXXXXXX</p> <p>X : Guru x : Siswa</p> <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p style="text-align: center;">x XXXXXXXX XXXXXXXX</p> </div> <p style="text-align: center;">x</p> <p>x : Pemburuh x : Ayam</p>	<p>PENDAHULUAN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membariskan siswa menjadi 3 shaf. 2. Guru menyuruh siswa untuk berhitung. 3. Guru memimpin berdo'a sesuai keyakinan dan kepercayaan masing-masing. 4. Guru mempersensi siswa. 5. Guru menyampaikan materi yang akan disampaikan yaitu lompat tali. 6. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan dengan permainan pemburuh ayam. <ol style="list-style-type: none"> a) Permainan menggunakan lapangan yang berukuran 8×8 m b) 2 orang siswa menjadi pemburuh yang berada di luar lapangan dan siswa lainnya menjadi ayam yang berada di dalam lapangan. c) Si pemburuh bertugas untuk mematikan ayam dengan cara melempari ayam dengan bola dengan catatan tidak boleh masuk ke lapangan dan hanya diperbolehkan memutari lapangan dengan batas menginjak garis lapangan. d) Bagi ayam yang terkena lemparan maka si ayam dianggap mati dan harus bergabung dengan pemburuh untuk ikut menjadi pemburuh. e) Sasaran lemparan yaitu perut ke bawah, jika lemparan mengenai perut ke atas maka ayam dianggap tidak mati. f) Demikian seterusnya seperti itu sampai ayam habis terbunuh. g) Permainan ini pertama kali hanya menggunakan dua bola, tetapi selanjutnya jumlah bola bertambah karena pemburuh juga bertambah banyak. h) Dalam permainan ini maksimal menggunakan tiga bola. 	<p style="text-align: center;">15 menit</p>

	<p>INTI</p> <p>Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran.</p> <p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa mengamati gerakan-gerakan melempar bola di Buku Siswa. ➤ Guru mempersiapkan kegiatan berolahraga. ➤ Sebelum berolahraga, lakukan pemanasan. ➤ Siswa mengamati gerakan yang diperagakan guru. ➤ Guru memberi pertanyaan lisan mengenai gerakan melempar bola. (PJOK KD 3.1). Siswa meniru gerakan yang diperagakan guru. (Penilaian PJOK KD 4.1) ➤ Siswa membaca teks percakapan tentang olahraga menangkap. ➤ Siswa menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ada di Buku Siswa.(Penilaian Bahasa Indonesia, KD 3.1 dan KD 4.1). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab tentang melempar bola. ➤ Siswa bertanya bagaimana cara memegang bola yang baik? <p>Guru menjawab gunakan kedua tangan untuk memegang bola kemudian jari-jari tangan agak di buka sedikit untuk memudahkan memegang bola.</p> <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menyuruh siswa untuk mencoba melakukan gerakan melempar bola. ➤ Siswa melakukan gerakan menangkap bola <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru menyuruh siswa untuk diskusi tentang gerakan melempar bola yang baik ➤ Siswa menalar gerakan melempar bola dan diskusi bersama agar bisa melakukan dengan baik. 	<p>45 menit</p>
--	---	---------------------

	<p>PENUTUP</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membariskan siswa menjadi 3 shaf dan merentangkan kedua tangan (mengatur jarak) • Guru memimpin pendinginan dengan pelepasan: <ul style="list-style-type: none"> a) Menggerakkan tangan di atas kemudian mengayunkan ke bawah. b) Mengayunkan tangan ke depan, belakang, kanan, dan kiri. c) Melemaskan kaki dengan di goyang-goyangkan dan ayun ke kanan serta kiri. • Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini • Guru memberikan penguatan dan kesimpulan • Siswa diberikan kesempatan berbicara/bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya.. • Salam dan do'a penutup. 	10 menit
--	---	-------------

G. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian sebagai berikut.

1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian Sikap: Lembar Observasi
- b. Penilaian Pengetahuan: Tes
- c. Penilaian Keterampilan: Unjuk Kerja

2. Bentuk Instrumen Penilaian

a. Sikap

Sikap siswa yang muncul ketika proses pembelajaran.

Contoh Format Jurnal untuk Penilaian Sikap

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut
1.		...			
2.		...			
3.		...			
...		dan seterusnya			

b. Pengetahuan dan Keterampilan

Penilaian dan panduan konversi nilai dapat dilihat contohnya pada

Pembelajaran 1.

Contoh Rubrik:

1) PJOK

Rubrik Melakukan Gerakan sesuai Instruksi

No	Kriteria	Terlihat (✓)	Belum terlihat (✓)
1	Siswa mampu mengikuti instruksi.
2	Siswa terlibat aktif dalam melakukan gerakan.
3	Siswa mengungkapkan perasaan dan pendapatnya setelah melakukan gerakan.

Sikap yang dapat diamati dan dikembangkan adalah peduli dan sportif

H. SUMBER DAN MEDIA

- Diri anak, Lingkungan keluarga, dan Lingkungan sekolah.
- Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 2 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 2 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
- Buku Sekolahnya Manusia, Munif Chatib.
- Software Pengajaran SD/MI untuk kelas 2 semester 1 dari JGC/SCI Media.
- Video/slide/gambar tentang Hidup rukun.
- Lapangan tempat bermain

Refleksi Guru

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui

Guru PJOK kelas 2

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

NIP. 19641105 198403 2 004

Pengasih, 4 Oktober 2017

Calon Guru Penjas

MOHAMMAD YUSUF

NIM. 14604224013

- Pertemuan 6-7 mandiri

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Sekolah : SD Negeri 3 Pengasih
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : V / I (Satu)
Alokasi Waktu : 2 x 35 menit
Jenis kegiatan : Renang
Hari/Tanggal : Senin 30 Oktober 2017

A. 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, dan guru.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di 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.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
3.8 Memahami keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri.	3.8.1 Memahami teknik dasar pernafasan didalam air. 3.8.2 Memahami teknik dasar gerakan meluncur. 3.8.3 Memahami teknik dasar gerakan mengapung.
4.8 Mempraktikan keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri.	4.8.1 Mempraktikkan teknik dasar pernafasan didalam air. 4.8.2 Mempraktikkan teknik dasar gerakan meluncur. 4.8.3 Mempraktikkan teknik dasar gerakan mengapung.

C. Tujuan

Setelah mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran peserta didik dapat:

3.8.1.1 Peserta didik dapat menerapkan teknik dasar pernafasan didalam air.

3.8.2.1 Peserta didik dapat menerapkan teknik dasar gerakan meluncur.

3.8.1 Peserta didik dapat menerapkan teknik dasar gerakan mengapung.

4.8.1.1 Peserta didik mampu melakukan teknik dasar pernafasan didalam air.

4.8.2.1 Peserta didik mampu melakukan teknik dasar gerakan meluncur.

4.8.3.1 Peserta didik mampu melakukan teknik dasar gerakan mengapung.

D. Materi Pembelajaran

Reguler

- Melakukan teknik dasar pernafasan didalam air, meluncur, dan mengapung di air.

Pengayaan

- Peserta didik melakukan renang jarak 25meter.

Remedial

- Peserta didik melakukan gerakan mengapung.

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan scientific
 - a. Mengamati
 - b. Menanya
 - c. Mengumpulkan informasi
 - d. Menalar
 - e. menyimpulkan
- Komando

F. Sumber Belajar

1. Buku Tematik terpadu Kurikulum 2013 untuk SD/MI Kelas VI

G. Media dan alat pembelajaran

➤ Media pembelajaran:

- Guru memberikan pengarahan serta contoh tahapan dan gerakan mengapung, bernafas di air dan meluncur ke peserta didik.


➤ Sarana

- a. Peluit

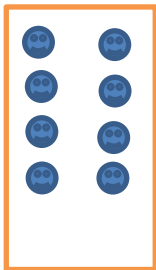
➤ Prasarana

- a. Kolam Renang

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

No	KEGIATAN PEMBELAJARAN	Gambar	Waktu
1.	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none">• peserta didik dibariskan, guru memeriksa kerapian peserta didik, berhitung dan kemudian berdoa dengan dipimpin oleh guru.• Guru menanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didiknya, jika ada yang sakit maka peserta didik tersebut diperbolehkan tidak mengikuti pembelajaran tetapi harus tetap berada di pinggir lapangan olahraga.		10 menit

	<ul style="list-style-type: none">• Guru menyampaikan materi yang akan diajarkan.• Melakukan pemanasan statis dan dinamis dari kepala hingga ke kaki.		
--	--	--	--

2.	<p>Kegiatan Inti :</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengamati guru yang memberikan contoh. • Guru menegaskan hal-hal yang perlu diamati. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik merumuskan pertanyaan terkait hal-hal yang sudah diamati. • Peserta didik merumuskan pertanyaan tentang gerakan yang ditunjukkan oleh guru. <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah peserta didik mengamati dan menanya, selanjutnya peserta didik mempraktikkan gerakan mengatur nafas di air : <ul style="list-style-type: none"> - Baris menjadi dua banjar . - Baris saling berhadapan lalu suruh untuk menghirup nafas,kemudian suruh memasukan kepala ke air, kemudian tiupkan nafas melalui mulut secara perlahan, setelah itu naikan kepala ke atas sambil membuka mulut untuk mengambil nafas, lakukan gerakan secara berulang. <p>Gerakan mengapung :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik masih dalam keadaan baris dibagi 2. - Kemudian disuruh menghadap pinggiran lantai kolam, tangan berpegangan tepi pinggiran kolam badan dan kaki diluruskan kepala dimasukan kedalam air pandangan ke bawah. - Kemudian melakukan kembali dengan belajar meniup-niup atau bernafas di air. 		55 menit
----	---	---	----------

	<ul style="list-style-type: none"> - Setelah itu melakukan dengan bantuan teman yang berada didepannya dengan cara memegang tanganya dan bergantian. • Setelah bias mengapung dan mengatur pernafasan lalu belajar untuk meluncur dengan cara: <ul style="list-style-type: none"> - Tubuh dalam posisi berdiri disamping tepi kolam. - Kepala masukan ke air, tangan diluruskan kedepan. - Salah satu kaki terkuat diangkat satu dan ditekuk dengan telapak kaki menapak ke tembok. - Kemudian diikuti kaki yang satunya dan meluncur. • Menalar • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara melakukan gerakan bernafas di air, mengapung, dan meluncur dengan benar. <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mampu memahami, melakukan gerakan bernafas di air, mengapung, dan meluncur, serta mampu melakukan perbaikan keterampilan dengan teman selama melakukan pembelajaran. • Guru mengapresiasi peserta didik atas kesungguhan mereka dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. • Guru mengingatkan peserta didik untuk bersyukur, dan berhati-hati dalam melakukan kegiatan pembelajaran. 		
--	---	--	--

	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru melakukan evaluasi terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan. • Melakukan pelepasan menurut intruksi guru. • Menginformasikan materi minggu depan, berdoa dan menutup dengan salam. 		5 menit
--	---	--	---------

Penilaian

3. Penilaian Sikap Spritual

Instrumen penilaian sikap spritual ini berupa pengamatan. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Aspek yang dinilai	Keterangan	
		Ya	Tidak
1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan pembelajaran		
2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan		
3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat / presentasi		
4	Sikap berusaha secara maksimal dalam melakukan pembelajaran		
5	Sikap tawakal terhadap hasil akhir		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

4. Penilaian Sikap Sosial

Instrumen penilaian sikap spritual ini berupa pengamatan. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Sikap yang diharapkan	keterangan	
		Ya	Tidak
1	Bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

3. Penilaian Pengetahuan

c. Teknik penilaian

Peserta didik mendapat nilai 2 jika mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

4. Renang merupakan salah satu olahraga di?
A. Pasir B. jalan
C. Air D. Kayu

5. Yang bukan Gaya dalam renang adalah ?
A. Gaya Flying B. Gaya bebas
C. Gaya kupu-kupu D. Gaya punggung

6. Aktivitas akuatik disebut juga dengan nama ?
A. Lari **B. Renang**
C. menyelam D. target

4. Saat bernafas di air kita mengeluarkan nafas melalui?
A. telinga B. kuping
C. Hidung **D. Mulut**

5. Saat meluncur tangan harusnya?
A. Lurus kedepan
B. Kesamping
C. Ke atas
D. Kebawah

Kunci jawaban :

- No. 1. **C.**
- 2 **A.**
3. **B.**
4. **D.**
5. **A.**

Keterangan :

- ✓ Setiap butir soal memiliki nilai 2 jika benar
- ✓ Skor total apabila jawaban benar adalah 10

Rumus Penghitungan Skor

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh}}{10} \times 100$$

SkorMaksimal

4. Penilaian Keterampilan

Instrumen penilaian ini berupa Praktik/unjuk kerja.

Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

Kriteria skor :

Bernafas di Air

Nilai 1 : Jika peserta didik melakukan dengan kepala menghadap ke atas.

Nilai 2 : Jika peserta didik melakukan dengan kepala menghadap ke bawah tapi masih takut.

Nilai 3 : Jika peserta didik melakukan dengan kepala menghadap ke bawah tapi dan santai.

Nilai 4 : Jika peserta didik melakukan dengan kepala menghadap ke bawah tapi dan santai serta antusiasnya tinggi.

Mengapung

Nilai 1 : Jika peserta didik mengapung dengan berdiri dan kepala menghadap ke atas.

Nilai 2 : Jika peserta didik mengapungkan badan dengan posisi kepala menghadap atas.

Nilai 3 : Jika peserta didik mengapungkan posisi tubuh lurus dan kepala menghadap ke bawah.

Nilai 4 : Jika peserta didik mengapungkan posisi tubuh lurus dan kepala menghadap ke bawah dengan santai.

Meluncur

Nilai 1 : jika peserta didik meluncur tanpa awalan satu kaki diangkat ke tembok.

Nilai 2 : jika peserta didik meluncur dengan satu kaki.

Nilai 3 : jika peserta didik meluncur dengan kedua kaki.

Nilai 4 : jika peserta didik meluncur dengan kedua kaki dan santai.

No.	Jenis Gerakan	Kriteria Penilaian			Jumlah
		1	2	3	
1.	Gerak benafas di air				
2.	Gerakan mengapung				
3.	Gerakan meluncur				
Jumlah skor maksimal = 9					

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

Mengetahui

Guru PJOK

Pengasih, 30 Oktober 2017

Calon Guru Penjas

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.ijs

NIP. 19641105 198403 2 004

MOHAMMAD YUSUF

NIM. 14604224013

- pertemuan ke 8 mandiri

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah	: SD Negeri 3 Pengasih
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI (Enam)/I (satu)
Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit
Kurikulum	: KTSP
Hari/Tanggal	: Selasa, 31 Oktober 2017
Aspek Materi	: Sikap tubuh yang benar
Standar Kompetensi	:2.Mempraktikkan latihan peningkatan kualitas jasmani (komponen kebugaran jasmani),dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya
Kompetensi Dasar	:2.1.Mengidentifikasi anggota tubuh yang perlu dilatih untuk memperbaiki postur
Indikator	: Melakukan gerakan : <ul style="list-style-type: none">- Siswa dapat melakukan gerak latihan otot lengan dengan posisi push-up selama 30 detik.- Siswa dapat melakukan gerak latihan otot lengan dengan posisi push-up dengan menggunakan tangan satu selama 30 detik- Siswa dapat melakukan gerak latihan otot lengan dengan posisi push-up kemudian menekuk kaki samping kanan dan kiri secara bergantian.- Siswa dapat melakukan push-up yang sebenarnya- Siswa dapat melakukan latihan otot perut dengan posisi terlentang kemudian estafet bola menggunakan kaki- Siswa dapat melakukan latihan otot perut dengan posisi yang sebenar sit-up

I. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Dengan melihat contoh dari guru, siswa dapat melakukan latihan otot lengan dengan berbagai variasi posisi push-up.
- ❖ Dengan melihat contoh dari guru, siswa dapat melakukan gerak latihan otot perut dengan berbagai variasi sit-up yang sebenarnya.

Karakter siswa yang diharapkan :

- Disiplin (*Discipline*)
- Tekun (*diligence*)
- Tanggung jawab (*responsibility*)
- Kerja sama (*Cooperation*)
- Toleransi (*Tolerance*)
- Percaya diri (*Confidence*)
- Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Pembelajaran

- a. Sikap tubuh yang benar
- Push-up
 - Sit-up

III. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek
- Tanya jawab

IV. Langkah-langkah Pembelajaran

A. Kegiatan Awal:

Apresepsi dan Motivasi

- Siswa dibariskan menjadi tiga bersaf (kondisi)
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti.
- Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari.

B. Kegiatan Inti:

❖ **Eksplorasi**

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran
- Memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di lapangan.

❖ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- a. Melakukan gerakan posisi push-up.

- b. Melakukan gerakan posisi push-up dengan menggunakan satu tangan kanan/kiri.
- c. Melakukan gerakan posisi push-up dengan lutut di tekuk ke samping/ depan.
- d. Melakukan posisi posisi push-up yang sebenarnya
- e. Melakukan gerakan estefet bola menggunakan kedua kaki dengan posisi tubuh terlentang.
- f. Melakukan gerakan sit-up yang sebenarnya.

❖ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan.

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- Melakukan pendinginan dengan gerakan yang dipandu oleh guru.
- Siswa dibariskan tiga bersaf (kondisi) dan memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan
- Berhitung kemudian berdoa.
- Dibubarkan.

V. Media, Alat, dan Sumber Belajar:

- Lapangan
- Pluit
- Bola
- Matras
- Buku Penjaskes kelas 6

VI. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran.

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerak posisi tubuh push-up. • Melakukan gerak posisi tubuh push-up kanan/kiri. 	Non Tes	Tes Keterampilan/Praktek	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan gerakan posisi push- up selama 30 detik. • Mempraktikkan gerakan posisi push-up dengan satu

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> Melakukan gerak estafet bola dengan kedua kaki posisi tubuh terlentang. Melakukan gerak sit-up. 			<p>tangan kanan/kiri</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempraktikkan gerakan estafet bola dengan kedua kaki posisi tubuh yang terlentang. Mempraktikkan gerakan sit up.

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	<ul style="list-style-type: none"> Semua benar Sebagian besar benar Sebagian kecil benar Semua salah 	4 3 2 1
2	Pengetahuan	<ul style="list-style-type: none"> Berpengetahuan Kadang-kadang berpengetahuan Tidak berpengetahuan 	4 2 1
3	Praktek	<ul style="list-style-type: none"> Aktif praktek Kadang-kadang aktif Tidak aktif 	4 2 1
4	Sikap	<ul style="list-style-type: none"> Bersikap baik Kadang-kadang bersikap baik Tidak bersikap baik 	4 2 1

LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							

Mengetahui
Guru PJOK,

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd. Jas.

NIP 19641105 198403 2 004

Pengasih, 31 Oktober 2017
Calon Guru,

MOHAMMAD YUSUF

NIM 14604224013

- Pertemuan ke 9 ujian

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

KURIKULUM 2013

Satuan Pendidikan	: SD NEGERI 3 PENGASIH
Kelas / Semester	: 1 /1
Tema	: Kegemaranku (Tema 2)
Sub Tema	: Gemar Menggambar (Sub Tema 3)
Jenis Kegiatan	: Gerakan Seimbang (Gerakan tarik menarik)
Pembelajaran ke	: 2
Alokasi waktu	: 2 X 35 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan memperhatikan contoh dari guru, siswa mampu menjelaskan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional dengan tepat.
2. Dengan arahan dari guru, siswa mampu mempraktikkan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional dengan benar.

B. 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 bertanya 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.

C. KOMPETENSI DASAR

Muatan: PJOK

Kompetensi	Indikator
3.2 Memahami prosedur gerak non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional	3.2.1 Menjelaskan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional.
4.5 mempraktikkan prosedur gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional	4.5.1 Mempraktikkan prosedur gerakan menarik tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional

D. MATERI

- Gerak dasar non-lokomotor
- Gerak keseimbangan
- Gerak tarik-menarik

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Teknik : *Example Non Example*

Metode : Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<p>Kegiatan Pendahuluan</p>	<p>12. Guru memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</p> <p>13. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.</p> <p>14. Mengajak berdinamika dengan tepuk kompak dan lagu yang relevan.</p> <p>15. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</p> <p>16. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</p> <p>17. Guru mengajak siswa melakukan gerakan pemanasan sebelum kegiatan.</p>	<p>10 menit</p>
<p>Kegiatan Inti</p>	<p>1. Siswa mengamati gambar gerakan menarik tanpa berpindah tempat yang akan dipelajari hari ini</p> <div data-bbox="711 1255 1122 1684" data-label="Image"> </div> <p>2. Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal-hal yang ingin diketahui berdasarkan gambar yang sudah ditampilkan.</p> <p>3. Siswa menyimak penjelasan guru karena mereka akan melakukan latihan gerakan menarik tanpa berpindah tempat dengan berbagai variasi cara menariknya.</p> <p>4. Setelah pemanasan, guru menjelaskan apa manfaat melakukan gerakan menarik. Lalu guru</p>	<p>55 menit</p>

mencontohkan bagaimana melakukan gerakan sikap menarik, sebagai berikut.

- Guru dapat meminta salah satu siswa maju ke depan untuk menjadi pasangan dalam mempraktikkan.
 - Guru dan siswa yang bersedia maju ke depan mengambil aba-aba untuk mulai melakukan gerakan menarik.
 - Membuka kaki cukup lebar, kaki kiri berada di depan dan kaki kanan berada di belakang, bungkukkan sedikit badan. Lalu tangan kanan keduanya berpegangan seperti berjabat tangan.
 - Masih dalam posisi berpegangan tangan, lakukan gerakan saling tarik. Usahakan tidak berpindah tempat.
 - Yang memiliki keseimbangan dan kekuatan tubuh lebih stabil akan bertahan tanpa berpindah tempat.
 - Sebagai variasi cara menariknya yang pertama dengan menguncan satu tangan tangan
 - Kemudian variasi kedua dengan cara menariknya posisi tubuh menyamping.
5. Guru meminta siswa mencoba melakukan gerakan yang sudah dicontohkan dengan cara berpasangan.
 6. Guru memandu siswa melakukan gerakan tersebut bersama pasangannya, sambil mengamati gerakan-gerakan siswa
 7. Guru memberikan aba-aba, dan menghitung 1, 2, 3 lalu siswa mulai menarik bersama pasangannya.
 8. Sebagai variasi, guru dapat melakukan lomba tarik-menarik melalui gerakan ini sebagai penyemangat siswa. Siswa yang dapat bertahan tanpa berpindah tempat akan menjadi juaranya.
 9. Setiap pasangan siswa yang maju dan mempraktikkan gerak ini, guru melakukan penilaian

Kegiatan Penutup	<p>12. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan hasil. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya.</p> <p>13. Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak.</p> <p>14. Guru memandu siswa melakukan pendinginan.</p> <p>15. Guru tidak lupa mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga.</p> <p>16. Salam dan do'a penutup</p>	5 Menit
-------------------------	--	------------

G. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 2 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 2 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016).
2. Software Pengajaran kelas 1 SD/MI dari JGC.
3. Video/slide/gambar gerak menarik tanpa berpindah tempat..

H. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut

1. Penilaian Keterampilan

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
1. Melakukan gerakan menarik tanpa berpindah tempat	Melakukan kedua gerakan (menarik dan tidak berpindah) tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Melakukan hanya salah satu gerakan dengan tepat	Belum mampu melakukan kedua gerakan

Centang (√) sesuai kriteria

- Kriteria penilaian masing-masing memiliki poin 25 di setiap bobot angka. Jika bobotnya 4, maka skornya adalah $4 \times 25 = 100$, dan seterusnya.

a) Melakukan gerakan menarik tanpa berpindah tempat

No.	Nama Siswa	Melakukan kedua gerakan tanpa intervensi guru	Melakukan kedua gerakan dengan intervensi minimal	Melakukan hanya salah satu gerakan dengan tepat	Belum mampu melakukan kedua gerakan	Predikat
1.	Dayu	√	√	√	√	Sangat Baik
2.	Udin	√	√	√	-	Baik
3.	...	-	-	-	-	

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui

Guru PJOK

Pengasih, 23 Oktober 2017

Calon Guru Penjas

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.jas

NIP. 19641105 198403 2 004

MOHAMMAD YUSUF

NIM. 14604224013

- Pertemuan ke 10 ujian

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 3 PENGASIH
 Kelas/Semester : IV / 1
 Muatan Terpadu : PJOK
 Jenis Kegiatan : Gerakan serangan pencak silat
 Alokasi Waktu : 2 x 35 menit (2x Pertemuan)
 Hari/Tanggal : 16 Oktober 2017

A. Kompetensi Inti

5. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
6. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru.
7. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain.
8. 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.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
<p>3.4 Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**</p>	<p>3.4.1 Mengetahui gerakan pukulan depan dalam pencak silat</p> <p>3.4.2 Mengetahui gerakan dasar tangkisan luar dalam olahraga pencak silat</p>

	<p>3.4.3 mengetahui tangkisan luar dan pukulan dalam olahraga pencak silat dengan menggunakan langkah</p>
<p>4.4 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri**</p>	<p>4.4.1 Mempraktikkan keterampilan pukulan depan dalam olahraga pencak silat</p> <p>4.4.2 Mempraktikkan tangkisan luar dalam olah raga pencak silat</p> <p>4.4.3 Mempraktikkan pukulan dan tangkisan luar dalam olahraga pencak silat dengan menggunakan langkah</p>

C. Tujuan

- 3.4.1.1** siswa mampu menyebutkan tahapan pukulan depan
- 3.4.2.1** siswa mampu menyebutkan tahapan tangkisan depan
- 3.4.3.1** siswa mampu menyebutkan kombinasi pukulan dan tangkisan luar dengan menggunakan langkah
- 4.4.1.1** siswa dapat mempraktikkan pukulan depan
- 4.4.2.1** siswa dapat mempraktikkan tangkisan depan
- 4.4.3.1** siswa dapat mempraktikkan kombinasi pukulan dan tangkisan luar dengan menggunakan langkah

D. Materi Pembelajaran

- a. pukulan depan di tempat dengan posisi berdiri di tempat
 - b. pukulan depan di sertai langkah kedepan
 - c. tangkisan luar dengan posisi berdiri kemudian di sertai langkah kedepan
 - d. Gerakan tangkisan di lanjutkan pukulan depan dengan menggunakan langkah kebelakang
1. Materi Pembelajaran Remedial
Bagi siswa yang belum bisa di harapkan dalam remedial siswa dapat melakukan pukulan depan dan tangkisan luar di tempat
 2. Materi Pembelajaran Pengayaan

Dapat melakukan gerakan kombinasi dengan lancar di sertai langkah

E. Metode Pembelajaran

Pendekatan scientific

Sumber Belajar

<http://www.materi-sekolah.com/2016/08/macam-macam-gerakan-serangan-pencak.html>

F. Media dan Bahan

1. Media




- a. Gambar gerakan pukulan dan tangkisan dalam silat
- b. model guru atau peserta didik yang mempraktekan keterampilan pukulan dan tenagkisan

2.Sarana dan Prasarana


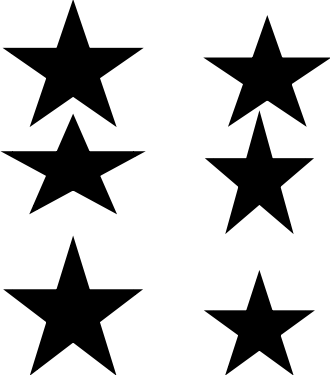
- a. pluit
- b. lembar praktikum siswa

G. Langkah-Langkah Pembelajaran


Langkah-Langkah Pembelajaran

No	Kegiatan pembelajara	Gambar	Waktu
1	<p>Pendahuluan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa dibariskan., menghitung jumlah dengan aba-aba berhitung, • Siswa berdoa sebelum melaksanakan pembelajaran. • Tanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum • Siswa di bagi menjadi 2 baris berpasangan • Guru menyampaikan garis besar materi yang akan disampaikan • Melakukan pemanasan dengan permainan “cocokan warna” • Cara memainkanya siswa di bagi menjadi dua kelompok , masing 	 <p>Keterangan :</p> <p> guru</p> <p> siswa</p>	10 menit

	<p>masing kelompok memiliki 6 kotak dengan kertas berwarna yang di acak</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setiap anggota kelompok bertugas berlari kedepan dan mencocokkan warna tiap kertas secara bergantian • Apabila salah satu tim telah mencocokkan semua warna maka permainan berakhir • Permainan di lakukan kembali sampai suhu tubuh siswa meningkat dan siap melakukan kegiatan inti 		
--	---	--	--

<p>Kegiatan Inti</p> <p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengamati media gambar yang ditunjukkan oleh guru yang berkaitan dengan materi yang menunjang gerak pukulan dan tangkisan dalam pencak silat. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa menanyakan kepada guru terkait hal-hal yang di amati • Peserta bertanya tentang media gambar yang ditunjukkan oleh guru yang berkaitan dengan teknik pukulan dan tangkisan dalam pencak silat. <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setelah peserta didik mengamati dan menanya, selanjutnya mempraktikkan beberapa gerak pukulan dan tankisan • Cara mempratikan gerak dengan cara siswa dibagi menjadi 2 kelompok • Kemudian guru meminta satu siswa untuk Mencoba mempraktikan pertama pukulan depan,Dengan posisi tangan lurus kemudian telapak tangan mengepal. • Mepraktikan gerakan tangkisan depan dengan cara telapak tangan mengepal,siku di angkat ke depan. • Mempraktikan gerakan pukulan 	 <p>Siswa dibagi dua kelompok</p> 	<p>55 menit</p>
---	--	---------------------

	<p>dengan tangkisan dengan berjalan</p> <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara melakukan gerak pukulan dan tangkisan, apakah kegunaannya bagi kehidupan sehari-hari <p>Mengomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mampu memahami, melakukan gerak pukulan depan, yang menunjang dalam teknik dasar pencak silat , serta mampu melakukan perbaikan keterampilan dengan teman selama melakukan pembelajaran. • Guru mengapresiasi peserta didik atas kesungguhan mereka dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. • Guru mengingatkan peserta didik untuk bersyukur, dan berhati-hati dalam melakukan kegiatan pembelajaran. 		
--	--	--	--

	<p>Penutup :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru melakukan evaluasi terhadap proses aktivitas berkenaan dengan materi aktivitas yang telah diberikan. • Guru memberikan memberikan tugas pengayaan untuk peserta didik yang sudah mampu menguasai beberapa gerakan pukulan dan tendangan dan remedial kepada peserta didik yang belum mampu melakukan aktivitas gerak dengan baik. • Melakukan pelepasan dan pendinginan dengan membentuk posisi lingkaran, saling berpegangan tangan dan mundur perlahan sampai tangan terasa tertarik. • Guru menutup pembelajaran dengan doa dan salam. 		5 menit
--	---	--	------------

Penilaian

5. Penilaian Sikap Spritual

Instrumen penilaian sikap spritual ini berupa pengamatan. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Aspek yang dinilai	Skor	
		2	1
		Ya	Tidak
1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan pembelajaran		
2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan		
3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat /presentasi		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

6. Penilaian Sikap Sosial

Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa pengamatan. Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

No.	Sikap yang diharapkan	Skor	
		Ya	Tidak
		2	1
1	Bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan		
2	Menerima perbedaan dengan orang lain		
3	Masuk kelas tepat waktu		
4	Memakai seragam sesuai tata tertib		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100\%}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

3. Penilaian Pengetahuan

d. Teknik penilaian

Peserta didik mendapat nilai 1 jika mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

Ujian Tulis

e. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

7. Berasal dari negara manakah seni bela diri pencak silat....

- A. Malaysia
- B. Singapura
- C. Indonesia
- D. Brunei darussalam

8. Manakah dibawah ini seni Bela diri yang berasal dari Indonesia....

- A. Pencak Silat
- B. Karate
- C. Judo
- D. Tekwondo

3. Apa nama organisa induk olahraga pencak silat di Indonesia...

- A. IPSI
- B. PTMSI
- B. FHI
- D. PERBASI

4. Pukulan yang di lakukan dengan lintasan kedepan di namakan

- A. Pukulan depan
- B. Tendangan

C. Tangkisan

D. kuda-kuda

5. gambar di samping menunjukkan gerakan ...

A. Tendangan T

B. Pukulan depan

C. Sapuan

D. Tangkisan luar



Keterangan :

- Setiap butir soal memiliki nilai 2 jika benar
- Skor total apabila jawaban benar adalah 10

Rumus Penghitungan Skor

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

4. Penilaian Keterampilan

Instrumen penilaian ini berupa Praktik/unjuk kerja.

Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

Kriteria skor : Pelaksanaan Gerak pukulan lurus, tangkisan luar, pukulan di sertai langkah, tangkisan luar di sertai lankah

LEMBAR PENILAIN KETRAMPILAN

No	Nama peserta didik	Aspek yang Dinilai												Jumlah	Rata-rata
		Kemampuan melakukan gerakan pukulan depan			Kemampuan melakukan gerakan tangkisan luar			Kemampuan melakukan gerakan tangkisan di sertai langkah							
		3	2	1	3	2	1	3	2	1					
1.															
2.															
3.															

RUBRIK PENILAIAN PENCAK SILAT

No	ASPEK	3	2	1
1	Kemampuan melakukan gerakan pukulan lurus	Tangan lurus sudah diberi tenaga kaki masih diam	Tangan lurus tetapi belum ada tenaga	Saat melakukan pukulan tangan tidak di angkat (tidak lurus) setinggi bahu hanya berad di bawah bahu
2	Kemampuan melakukan gerakan tangkisan luar	Tangan sudah maksimal dan di sertai dengan tenaga serta gerakanya cepat	Tangan sudah maksimal sudah melebihi bahu namun masih lambat	Tangan hanya menakis tidak maksimal hanya berada di tengah tegah tubuh
3	Kemampuan melakukan gerakan pukulan di sertai lankah	Tangan sudah ada tenaga serta gerakannya cepat dan disertai gerakan bahu dan selaras dengan lankah	Tangan sudah ada tenaga gerakan masih lambat Namun kaki sudah selaras dengan pukulan	Tangan tidak ada tenaga dan gerakan pasif Tidak selaras dengan kaki
4	Kemampuan melakukan gerakan tangkisan di sertai langkah	Tangan sudah ada tenaga , bahu digerakkan sudah selaras dengan kaki gerakan di lakukan dengan cepat	Tangan sudah ada tenaga bahu belum digerakkan namun masih lambat	Tangan belum ada tenaga

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh} \times 100}{\text{Skor Maksimal}}$$

Mengetahui

Guru PJOK Kelas 5,

CHRISTINA LASTINAH, S.Pd.i.as.

NIP.196411051984032004


Pengasih, 16 Oktober 2017

Calon Guru PJOK Kelas 5 ,

MOHAMMAD YUSUF

NIM 14604224013

Lampiran 9. Catatan Harian

	LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
	CATATAN HARIAN PLT

TAHUN:2017

NAMA MAHASISWA : Mohammad Yusuf

NAMA SEKOLAH : SD N 3 PENGASIH

NO. MAHASISWA : 14604224013

ALAMAT SEKOLAH : Pengasih Kab.Kulonprogo Yogyakarta

FAK/JUR/PR.STUDI : FIK/Pend Olahraga/PGSD PENJAS

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
1.	Jumat, 15 September 2017	09:00-11:00	Serah Terima Mahasiswa PLT Bersama DPL	Diterima oleh pihak sekolah dan berjalan dengan lancar. Diikuti oleh 11 mahasiswa PLT, 1 DPL, dan 5 guru dan staff.	

2.	Senin, 18 September 2017	07:15-08:00	Upacara Bendera	Mengikuti Upacara bendera dan perkenalan dengan warga sekolah. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru dan staff.
		10:00-11:00	Bersih-Bersih Lab	Membersihkan ruang lab komputer. Diikuti oleh 12 mahasiswa PLT dengan hasil ruang lab menjadi bersih.
		11:30-12:30	Koordinasi Jadwal Pelajaran Penjas	Menanyakan jadwal pelajaran Penjas kelas 1-6. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil mendapatkan jadwal pembelajaran Penjas.

3.	Selasa, 19 September 2017	09:50-11:00	Observasi Pembelajaran Penjas Kelas 5	Mengamati pembelajaran Penjas kelas 5. Diikuti guru Penjas, Siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil dapat mengetahui cara mengajar guru penjas.	
		14:15-15:10	Penyusunan Program Kerja PLT	Membuat dan menyusun Program kerja PLT diikuti oleh 12 Mahasiswa PLT.	
4.	Rabu, 20 September 2017	08:25-11:00	Pendampingan Kelas 6	Mengajar dengan materi sepak bola. diikuti oleh guru penjas, siswa kelas 6 dan 5 mahasiswa PLT. Hasilnya siswa dapat bermain sepak bola dengan antusias.	
		12:10-14:30	Konsul Rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas ,untuk pembelajaran kelas 4,berjalan lancar	

5	Jum'at, 22 September 2017	07:15-08:25	Observasi Pembelajaran Penjas Kelas 3	Mengamati pembelajaran Penjas kelas 3. Diikuti guru Penjas, Siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil dapat mengetahui cara mengajar guru penjas.	
		08:25-09:35	Observasi Pembelajaran Penjas Kelas 1	Mengamati pembelajaran Penjas kelas 1. Diikuti guru Penjas, Siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil dapat mengetahui cara mengajar guru penjas.	
		13:00-14:30	Pendampingan Eskul Olahraga	Mengajarkan permainan Bola voli dan Catur. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dan siswa kelas 4, 5 dan 6. Hasilnya siswa dapat mengikuti permainan dengan antusias.	

6	Senin, 25 September 2017	07:15-07:30	Upacara Bendera	Mengikuti Upacara bendera. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru, staff dan 12 Mahasiswa PLT.	
		07:30-11:00	Mengajar terbimbing Kelas 4	Mengajar pembelajaran kelas 4 dengan materi lempar tangkap bola . Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
7	Selasa, 26 September 2017	08:30-:09:30	Pendampingan Kelas 2	Membantu mengajar kelas 2 Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		09:50-11:00	Pendampingan Kelas 5	Membantu mengajar pembelajaran kelas 5. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
8	Rabu, 27 September 2017	08:25-11:00	Pendampingan Kelas 6	Membantu mengajar pembelajaran kelas 6 Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
9	Kamis, 28 September 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 2	Membantu mengajar pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		08:25-09:35	Pendampingan Kelas 3	Membantu mengajar pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
		10:00-13:00	Konsul Rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk mengajar kelas 1 berjalan dengan lancar .	
10	Jum'at, 29 September 2017	07:15-07:50	Pendampingan Senam Angguk Versi 1	Mahasiswa PLT menyiapkan dan mengikuti senam bersama siswa kelas 1 – 6. Hasilnya kegiatan senam berjalan dengan lancar.	

		08:25-09:35	Mengajar terbimbing Kelas 1	Mengajar pembelajaran kelas 1 dengan materi gerakan meliukkan badan . Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:00-09:00	Pendampingan Kelas 3	Membantu kelas 3 dengan materi. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 2 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
		13:00-14:30	Pendampingan Eskul Olahraga	Mengajarkan permainan Bola voli. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dan siswa kelas 4, 5 dan 6. Hasilnya siswa dapat mengikuti permainan dengan antusias.	
11	Senin, 2 Oktober 2017	07:15-07:50	Upacara Bendera	Mengikuti Upacara bendera. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru, staff dan 12 Mahasiswa PLT	

		08:35-10:25	Pendampingan Kelas 4	Mendampingi pembelajaran kelas 4. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
		11:00-12:00	Menata Gudang Alat Olahraga	Menata gudang penyimpanan alat olahraga. Dilaksanakan oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil alat-alat olahraga tertata dengan rapi.	
12	Selasa, 3 Oktober 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 1	Pendampingan pembelajaran kelas 1. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		09:50-11:00	Pendampingan Kelas 5	Membantu mengajar kelas 5 Diikuti oleh siswa dan 4 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
		11:30-13.00	Konsul Rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk pembelajaran kelas 5 berjalan lancar.	
13	Rabu, 4 Oktober 2017	07:15-08:25	Mengajar terbimbing Kelas 5	Mengajar pembelajaran kelas 5. Dengan materi kuda-kuda pencak silat Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		10:00-11:00	Pendampingan Seleksi Gobak Sodor	Seleksi dilaksanakan di Lapangan sepak bola Pengasih. Diikuti oleh Guru Penjas, siswa dan Mahasiswa PLT.	
		12.00-14:00	Konsul Rpp	Konsul pembuatan Rpp dengan guru penjas untuk mengajar kelas 2 berjalan lancar	
14	Kamis, 5 Oktober 2017	07:20-08:30	Mengajar terbimbing Kelas 2	Mengajar pembelajaran kelas 2. Dengan materi lempar tangkap bola Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		08:50-10:00	Pendampingan Kelas 3	Membantu mengajar pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
15	Jum'at 6 Oktober 2017	07:15-07:50	Pendampingan Senam Angguk Versi 1	Mahasiswa PLT menyiapkan dan mengikuti senam bersama siswa kelas 1 – 6. Hasilnya kegiatan senam berjalan dengan lancar.	
		07:50-09:00	Pendampingan Kelas 3	Membantu mengajar pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	

		09:00-10:25	Pendampingan Kelas 1	Membantu mengajar pembelajaran kelas 1. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
16	Senin, 9 Oktober 2017	07:00-09:00	Mengecat Titik-Titik Lapangan	Mengecat titik-titik didepan halaman sekolah. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil selesai 50% .	
17	Selasa, 10 Oktober 2017	07:00-09:00	Mengecat Titik-Titik Lapangan	Mengecat titik-titik didepan halaman sekolah. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil	

		10:00-12:00	Konsul pembuatan garis lapangan	selesai 100% . Konsul pembuatan garis lapangan voli dengan guru penjas berjalan lancar	
18	Rabu, 11 Oktober 2017	08:00-12:00	Membuat Garis Lapangan Badminton Dan Voli	Membuat lapangan badminton dengan cara mengecat. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil selesai 50%.	
19	Kamis, 12 Oktober 2017	07:00-09:00	Membuat Garis Lapangan Badminton Dan Voli	Membuat lapangan badminton dengan cara mengecat. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dengan hasil selesai 100%.	
		10:00-11:30	Ngecat Ring Dan Papan Basket	Mengecat ring, tinag dan papan basket. Diikuti 5 mahasiswa PLT dengan hasil selesai 100%.	

		13:00-14:00	Konsul pembuatan Rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk mengajar kelas 1 berjalan lancar.	
20	Jum'at, 13 Oktober 2017	07:50-08:25 08:25-09:35	Pendampingan kelas 3 Praktek mengajar mandiri kelas 1	Membantu mengajar pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar Mengajar mandiri kelas 1 dengan materi melempar bola kedalam keranjang diikuti guru penjas & mahasiswa plt berjalan lancar dan antusias	

		13:00-14:30	Pendampingan Eskul Olahraga	Mengajarkan permainan Bola voli. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dan siswa kelas 4, 5 dan 6. Hasilnya siswa dapat mengikuti permainan dengan antusias.	
21	Senin, 16 Oktober 2017	07:15-07:50	Upacara Bendera	Mengikuti Upacara bendera. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru, staff dan 12 Mahasiswa PLT	
		07:50-10:25	Pendampingan Kelas 4	Membantu mengajar kelas 4. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar.	
22	Selasa, 17 Oktober	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 1	Membantu pembelajaran kelas 1 Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	

		08:09:50-11:00	Pendampingan Kelas 2	Membantu mengajar pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		12:20-14:00	Konsul rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk pembelajaran kelas 5 dan sekaligus membahsa renang berjalan lancar & antusias.	
23	Rabu, 18 Oktober 2017	07:30-11:00	Mengajar renang mandiri kelas 5 & 6	Mengajar renang pembelajaran kelas 5 dan 6 dengan materi “Renang”. Diikuti oleh guru penjas siswa dan 9 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
24	Kamis, 19 Oktober	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 2	Pendampingan mengajar pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT	

	2017			dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:50-10:00	Pendampingan Kelas 3	Membantu mengajar pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		11:00-12:30	Konsul rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk pembelajaran kelas 3	
25	Jum'at, 20 Oktober 2017	07:15-07:50	Senam Angguk Versi 1	Mahasiswa PLT menyiapkan dan mengikuti senam bersama siswa kelas 1 – 6. Hasilnya kegiatan senam berjalan dengan lancar	
		07:50-08:25	Mengajar mandiri kelas 3	Mengajar kelas 3 dengan materi menendang, melempar bola. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil	

				pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:25-09:35	Pendampingan Kelas 1	Mendampingi pembelajaran kelas 1. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		13:00-14:30	Pendampingan Eskul Olahraga	Mengajarkan permainan Bola voli. Diikuti oleh 5 mahasiswa PLT dan siswa kelas 4, 5 dan 6. Hasilnya siswa dapat mengikuti permainan dengan antusias.	
26	Senin, 23 Oktober 2017	07:50-10:25	Pendampingan Kelas 4	Mendampingi pembelajaran kelas 4. Diikuti oleh guru penjas, siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
27	Selasa, 24 Oktober 2017	07:15-08:25	Pendampingan kelas 1	Mendampingi pembelajaran kelas 1. dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	

		08:25-09:35	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
28	Rabu, 25 Oktober 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 5	Mendampingi pembelajaran kelas 5. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:30-11:00	Pendampingan Kelas 6	Mendampingi pembelajaran kelas 6. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	

29	Kamis, 26 Oktober 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:25-09:40	Pendampingan Kelas 3	Mendampingi pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
30	Jum'at, 27 Oktober 2017	07:00:07:30	Senam Angguk Versi 1	Mahasiswa PLT menyiapkan dan mengikuti senam bersama siswa kelas 1 – 6. Hasilnya kegiatan senam berjalan dengan lancar	
		07:40-08:30	Pendampingan Kelas 3	Mendampingi pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	

		08:35-10:00	Pendampingan Kelas 1	Membantu mengajar dilaksanakan di lapangan sepakbola pengasih dengan materi "Berjalan Berpasangan". Diikuti oleh Guru Penjas, Siswa kelas 1 dan 5 Mahasiswa PLT. Hasilnya Ujian berjalan dengan lancar.	
		13:00-13:30	Melatih Upacara Kelas 5 Dalam Rangka Memperingati Hari Sumpah Pemuda	Melatih Upacara siswa kelas 5. diikuti oleh siswa dan 5 mahasiswa PLT. Hasilnya siswa kelas 5 telah di latih upacara untuk memperingati hari Sumpah Pemuda.	
31	Senin, 30 Oktober 2017	07:00-08:00	Upacara Peringatan Hari Sumpah Pemuda	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Sumpah Pemuda. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru, staff dan 12 Mahasiswa PLT	

		15:30-17:30	Pembuatan Lapangan Engklek Dan Gobak Sodor	Membuat Lapangan engklek dan gobak sodor di depan halaman sekolah SD N 3 Pengasih. Diikuti oleh 7 Mahasiswa PLT dengan hasil selesai 70%.	
32	Selasa, 31 Oktober 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 1	Mendampingi pembelajaran kelas 1. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:25-09:35	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk mengajar kelas 6 dan pembahasan ujian mengajar berjalan lancar .	
			Konsul Rpp		

		10:00-12:30			
33	Rabu, 01 November 2017	07:15-08:30	Ujian mengajar kelas 5	Mengajar pembelajaran kelas 5.dengan materi serangan (pencak silat) Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		8:30-11:00	Mengajar mandiri kelas 6	Mengajar pembelajaran kelas 6 dengan materi sikap tubuh yang benar . Diikuti guru penjas,siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		15:30-18:00	Membuat Lapangan Engklek	Melanjutkan pembuatan lapangan engklek di halaman SD N 3 Pengasih dengan hasil telah selesai 100%.	
34	Kamis, 02 November	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan	

	2017			hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:25-10:00	Pendampingan Kelas 3	Mendampingi pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
35	Jum'at, 03 November 2017	07:00-08:00	Jalan Sehat Bersama Kelas 1-6	Kegiatan ini dilaksanakan di sekitar pengasih dengan jarak sekitar 3 km. diikuti oleh siswa kelas 1-6 dan 12 mahasiswa PLT. Hasilnya kegiatan dapat berjalan dengan lancar.	
		08:00-09:30	Kelas 3	Mendampingi pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
36	Senin, 06 November 2017	07:30-09:30	Pendampingan kelas 4	Mendampingi pembelajaran kelas diikuti oleh guru penjas, siswa kelas 4 dan 5 mahasiswa PLT. Hasilnya ujian dapat berjalan dengan	

				lancar.	
		10:00-12:00	Membantu Mengeluarkan Buku Bekas Dari Gudang	Mengeluarkan buku-buku yang sudah tidak digunakan dari gudang untuk kemudian dijual ke pengepul. diikuti oleh Guru penjas, Penjaga sekolah, 2 pengepul dan 5 mahasiswa PLT. hasilnya buku-buku telah dikeluarkan dari gudang dan dijual ke pengepul.	
		12:15-14:00	Konsul Rpp	Konsul pembuatan rpp dengan guru penjas untuk pembelajaran kelas 1 dan sekaligus ujian, berjalan lancar .	
37	Selasa, 07 November	07:20-08:30	Ujian mengajar kelas 1	Mengajar pembelajaran kelas 1. Dengan materi gerakan seimbang (Tarik menarik)	

2017			Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar
	08:50-10:00	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 3. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar
	11:00-12.30	Konsul futsal	Konsul dengan guru penjas untuk mengajak anak-anak ketempat futsal berjalan lancar dan antusias

38	Rabu, 08 November 2017	09:00-12:00	Pendampingan Futsal Kelas 5 Dan Kelas 6	Mendampingi Futsal kelas 5 dan 6 di Spirit futsal. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil futsal dapat berjalan dengan lancar	
39	Kamis, 09 November 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 5 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:45-11:45	Melatih Kelas 4, 5 Dan 6 Gobak Sodor	Melatih siswa permainan gobak sodor. diikuti oleh beberapa siswa kelas 4, 5, 6 dan 5 mahasiswa PLT. Hasilnya pelatihan dapat berjalan dengan Lancar.	

		12:30-13:30	Melatih Kelas 6 Upacara Untuk Hari Pahlawan	Melatih upacara bendera dalam rangka memperingati hari Pahlawan. Diikuti oleh siswa kelas 6 dan 6 Mahasiswa PLT. Hasilnya siswa telah dilatih upacara dengan lancar.	
40	Jum'at, 10 November 2017	07:00-08:00	Upacara Bendera Dalam Memperingati Hari Pahlawan	Mengikuti Upacara Peringatan Hari Pahlawan. Diikuti oleh seluruh siswa kelas 1 – 6 serta para guru, staff dan 12 Mahasiswa PLT	
		08:00-08:30	Acara Perpisahan PLT	Kegiatan meliputi jalan sehat dan pembagian doorprize. kegiatan ini di laksanakan di halaman SD N 3 Pengasih. Diikuti oleh guru, siswa kelas 1-6 dan 12 mahasiswa PLT. Hasilnya acara perpisahan dapat berjalan dengan lancar.	
		08:30-11:30	Melatih Kelas 4, 5 Dan 6 Gobak Sodor	Melatih dan menyeleksi siswa untuk mengikuti lomba gobak sodor. diikuti oleh beberapa siswa kelas 4, 5, 6 dan 5 mahasiswa PLT. Hasilnya telah dipilih 7 anak yang akan	

				mengikuti lomba gobak sodor.	
41	Sabtu, 11 November 2017	08:00-12:00	Pendampingan Lomba Gobak Sodor	Mendampingi siswa mengikuti lomba gobak sodor bertempat di kampus UNY Wates. Diikuti oleh guru, siswa, dan mahasiswa.	
42	Senin, 13 November 2017	07:20-09:00	Pendampingan Kelas 4	Mendampingi siswa kelas 4 diruang kelas. Diikuti siswa dan 4 mahasiswa PLT.	
43	Selasa, 14 November 2017	07:15-08:25	Pendampingan Kelas 1	Mendampingi pembelajaran kelas 1. Diikuti oleh siswa dan 4 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	
		08:25-09:35	Pendmpingan kelas 2	Mendampingi pembelajaran kelas 2. Diikuti oleh siswa dan 4 Mahasiswa PLT dengan hasil pembelajaran dapat berjalan dengan lancar	

44	Rabu, 15 November 2017	07:15-08:25	Pendampingan kelas 5	Pendampingan pembelajaran kelas 5 diikuti guru penjas dan mahasiswa Plt berjalan lancar & antusias	
45	Kamis, 16 November 2017	13:00-14:30	Penarikan Mahasiswa PLT SD N 3 Pengasih	Penarikan dilaksanakan di Ruang TI. Diikuti oleh kepala sekolah, guru, dosen DPL dan 12 mahasiswa PLT. Hasilnya 12 mahasiswa PLT telah ditarik kembali oleh Universitas melalui dosen DPL dan telah selesai menjalankan tugasnya di SD N 3 Pengasih.	

Lampiran 10 Matrik



MATRIKS PROGRAM KERJA PLT UNY
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2017

Nama Mahasiswa
No Mahasiswa
Nama Sekolah/Lembaga
Alamat Sekolah/Lembaga
Guru Pembimbing
Dosen Pembimbing

: Mohammad Yusuf
: 14604224013
: SD Negeri 3 Pengasih
: Jl. Praceyo No. 1 Pengasih, Pengasih, Kulon Progo
: Christian Lastimah S.Pd.Jus
: Dr.Subagyo,Md

No	Program/Kegiatan PLT	Jumlah Jam Perminggu										Jumlah	
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X		
1	Pembuatan Program PLT												
	a. Penerjutan PLT	2											2
	b. Observasi	14											14
	c. Menyusun Matrik Program PLT	3											3
2	Administrasi Sekolah												
	a. Pembaruan Data Hidup Siswa				3								3
3	Pembelajaran Kurikuler												
	a. Persiapan												
	1) Konsultasi/bimbingan	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
	2) Membuat RPP	2	8	3		3	3		3		3		22
	b. Pelaksanaan												
	1) Praktik mengajar terbimbing		4	2	4		2						12
	2) Praktik mengajar mandiri					2	4		6				12
4	Kegiatan Sekolah												
	a. Upacara Bendera Hari Senin	1	1	1	1				1				6
	b. Senam	1	1	1		1		1	1	1			7
	c. Latihan Upacara	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	16
5	Kegiatan Non Mengajar												
	a. Kepramukaan												
	Pendampingan pramuka	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
	b. Ekstrakurikuler olahraga												
	Pendampingan olahraga voli	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	16
6	Program Kegiatan PLT												
	a. Pembuatan Papan Penunjuk											7	7



**SERAPAN DANA KEGIATAN KELOMPOK PLT UNY
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2017**

NAMA SEKOLAH : SD Negeri 3 Pengasih

ALAMAT SEKOLAH : Jalan Pracoyo No. 1, Pengasih, Pengasih, Kulon Progo, Yogyakarta

No	NamaKegiatan	HasilKuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (dalam Rupiah)				Jumlah
			Swadaya/Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lain	
Serapan Dana Idividu							
10.	Persiapan Mengajar dan Ujian PLT	Digunakan untuk, print RPP dan media Pembelajaran		Rp 50.000			
	Uang Makan	Digunakan untuk membayar biaya makan siang dan snack selama masa PLT		Rp 328.00			
	Iuran Kelompok	Digunakan untuk mengadakan acara perpisahan dan membeli kenang-kenangan untuk SD		Rp 100.000			
Total				Rp 478.00			Rp 478.00
Serapan Dana Kelompok							
1.	Pembuatan madding	Digunakan untuk membeli bahan-bahan pembuatan mading seperti <i>sterofoam</i> , kertas manila, kertas lipat, kain flanel, dakron, dan gantungan.		Rp 91.600,-			Rp 91.600,-
2.	Pembuatan papan petunjuk	Digunakan untuk mencetak desain dan membeli gantungan serta bingkai papan petunjuk.		Rp 80.000,-			Rp 80.000,-
3.	Plakat perpisahan	Digunakan untuk memesan dan membeli plakat sebagai kenang-kanangan PLT ke SD.		Rp 75.000,-			Rp 75.000,-

4.	Jalan sehat	Digunakan untuk membeli konsumsi untuk siswa (170 roti dan 5 bungkus permen), snack untuk guru dan mahasiswa (30 kotak snack), serta bahan-bahan untuk membuat dekorasi seperti kertas manila dan kertas lipat.		Rp 343.700,-			Rp 343.700,-
5.	Kenang-kenangan	Digunakan untuk membeli kenang-kenangan berupa 2 buah jam dinding, 6 buah peci upacara, dan 6 buah (1 paket) map upacara.		Rp 395.000,-			Rp 395.000,-
6.	Doorprize	Digunakan untuk membeli macam-macam benda sebagai hadiah <i>doorprize</i> berupa buku tulis, <i>ballpoint</i> , penggaris, botol minum, celengan, dan tempat pensil.		Rp 196.000,-			Rp 196.000,-
7.	Revitalisasi Lapangan	Digunakan untuk membeli bahan dalam mengecat ulang lapangan sekolah dan membuat permainan tradisional yakni sundamanda.	Rp 250.000,-	Rp 5.000,-			Rp 255.000,-
8.	Pembuatan Laporan	Digunakan untuk mencetak dan menjilid laporan PLT.		Rp 50.000,-			Rp 50.000,-
9.	Print/fotocopy	Digunakan untuk mencetak dan memperbanyak format penilaian, matrik, serta lembar catatan harian.		Rp 34.500,-			Rp 34.500,-
Total			Rp 250.000,-	Rp 1.270.800,-			Rp 1.520.800

Keterangan: Semuabentukbantuandanswadayadinyatakan/dinilaidalam rupiah menggunakanstandar yang berlaku di lokasisetempat.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107 198203 1 003

Mahasiswa

Mohammad Yusuf
Nim .14604224013

Lampiran 12 Dokumentasi



Observasi pembelajaran penjas



Pembelajaran penjas terbimbing



Pembelajaran Penjas terbimbing



Pembelajaran penjas mandiri



Pelatihan gobak sodor



Pelatihan upacara



Persiapan Jalan Sehat



Pembelajaran futsal



Pembelajaran Mandiri



Pendampingan lomba CCA



Pendampingan Seleksi Gobak sodor



Pendampingan Jalan sehat



Pemeliharaan Sarana Prasarana



Senam Pagi



Foto bersama dengan siswa & guru kelas



Upacara Hut Kulon Progo



Pendampingan Pesta Siaga



Penarikan Mahasiswa PLT

