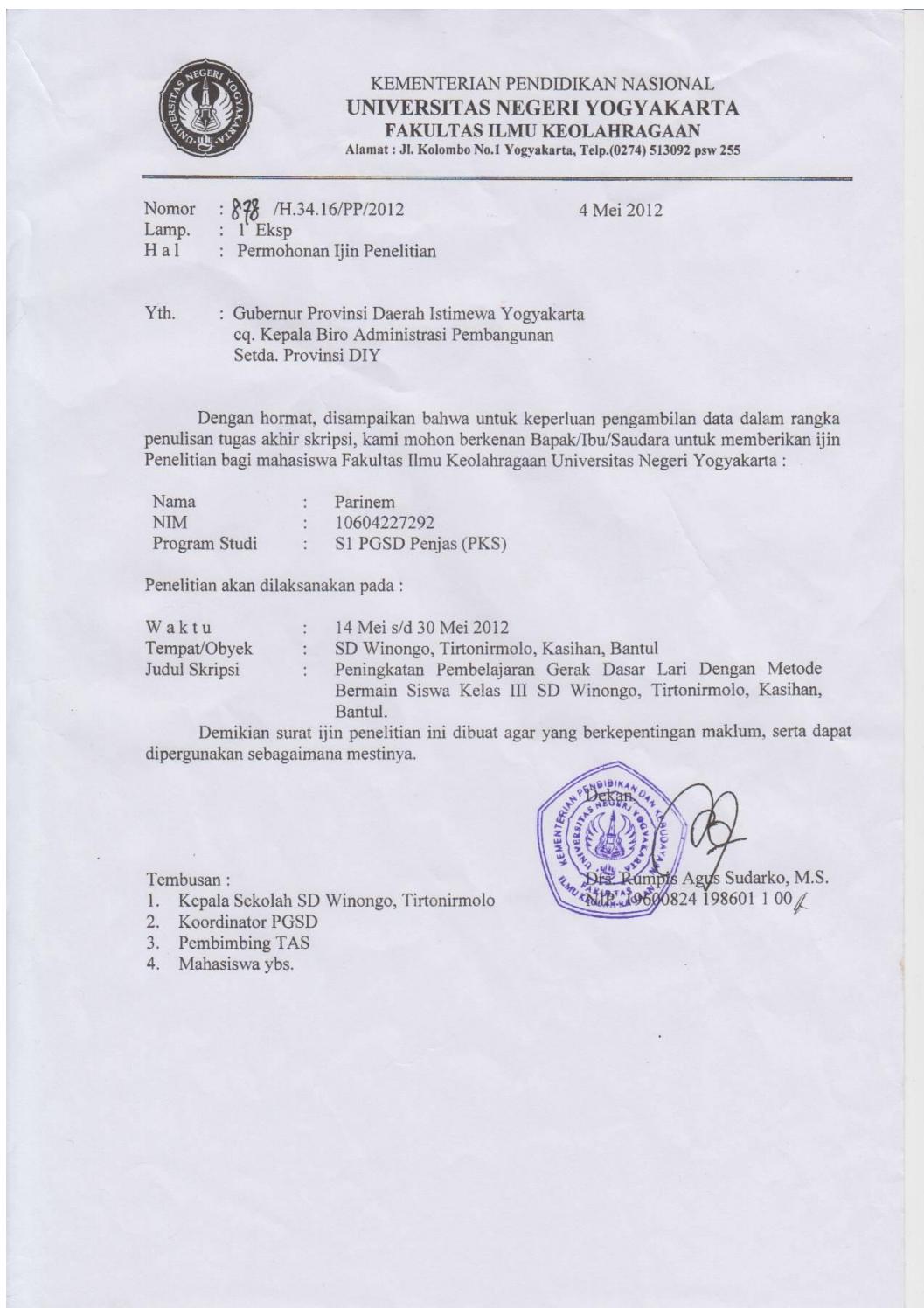


Lampiran 1.Surat Ijin Penelitian dari UNY



Lampiran 2.Surat Keterangan Ijin dari Sekretariat Daerah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta

**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN
070/4477/V/5/2012

Membaca Surat : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY Nomor : 878/H.34.16/PP/2012
Tanggal : 04 Mei 2012 Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Mengingat : 1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : PARINEM	NIP/NIM : 10604227292
Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta	
Judul : PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR LARI DENGAN METODE BERMAIN SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR WINONGO, TAMANTIRTO, KASIHAN, BANTUL	
Lokasi : SD WINONGO Kel. TIRTONIRMOLO, Kec. KASIHAN, Kota/Kab. BANTUL	
Waktu : 08 Mei 2012 s/d 08 Juli 2012	

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Provinsi DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda Provinsi DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuh cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib memtaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal 08 Mei 2012
A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonominan dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan


SETDA 5
Ir. Joko Wuryantoro, M.Si
NIP_19580108 198603 1 011

Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Bupati Bantul cq Bappeda
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Prov. DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
5. Yang Bersangkutan

Lampiran 3.Izin Penelitian dari BAPPEDA Pemerintah Kabupaten Bantul


PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
BANDAR PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(B A P P E D A)
Jln.Robert Wolter Monginsidi No. 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Fax. (0274) 367796
Website: bappeda.bantulkab.go.id Webmail: bappeda@bantulkab.go.id

IZIN PENELITIAN
Nomor : 070 / 529 / 121

Menunjuk Surat Mengingat : Dari : Sekretariat Daerah Provinsi DIY Nomor : 070/4477/V/5/2012
Tanggal : 08 Mei 2012 Perihal : Ijin Penelitian

a. Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantu sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 16 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul;
b. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perijinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
c. Peraturan Bupati Bantul Nomor 17 Tahun 2011 tentang Ijin Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktek Lapangan (PL) Perguruan Tinggi di Kabupaten Bantul.

Diizinkan kepada :
Nama : PARINEM
Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta
NIP/NIM/No. KTP : 10604227292
Tema/ Judul Kegiatan : PENINGKATAN PEMBERLAJARAN GERAJ DASAR LARI DENGAN METODE BERMAIN SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR WINONGO, TAMAN TIRTO KASIHAN BANTUL
Lokasi : Kabupaten Bantul
Waktu : 10 Mei 2012 s.d 08 Juli 2012

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi (menyampaikan maksud dan tujuan) dengan institusi Pemerintah Desa setempat serta dinas atau instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
2. Wajib menjaga ketertiban dan mematuhi peraturan perundungan yang berlaku;
3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
4. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk softcopy (CD) dan hardcopy kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan;
5. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;
6. Memenuhi ketentuan, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan; dan
7. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah.

Dikeluarkan di : Bantul
Pada tanggal : 10 Mei 2012

A.n. Kepala,
Kepala Bidang Data Pengembangan
dan Penelitian 


Tiau Sakti Santosa, S.S, M.Hum
NIP: 19700105 199903 1006

Tembusan disampaikan kepada Yth.

- 1 Bupati Bantul (sebagai laporan)
- 2 Ka. Dinas Dikdas Kab. Bantul
- 3 Ka. Kantor Kesbangpolinmas Kab. Bantul
- 4 Kabid PK2 Bappeda Bantul
- 5 Ka UPT Pendidikan
- 6 Ka. SDN Winongo Kab. Bantul
- 7 Yang Bersangkutan

Lampiran 4. Peneraan

Lampiran 11

PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN
VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 1582 / MET / UP - 138 / IV / 2012
Number

No. Order	: 002870
Diterima tgl : 26 April 2012	

ALAT
Equipment

Nama Name	: Ban Ukur	Tipe/Model Type/Model	:
Kapasitas Capacity	: 50 meter	Nomor Seri Serial number	:
Daya Baca Accuracy	: 2 mm	Merek/Buatan Trade Mark / Manufaktur	: Bison

PEMILIK
Owner

Nama Name	: Parinem
Alamat Address	: Kadek Rowo, Gilangharjo, Pandak, Bantul

METODE, STANDART, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode Method	: SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Standard Standard	: Komparator 10 m
Telusuran Traceability	: Tertelusur ke satuan SI Direktorat Metrologi Bandung

TANGGAL TERA ULANG
Date of Verification

: 26 April 2012

LOKASI TERA ULANG
Location of Verification

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG
Environment condition of Verification

: Suhu : 30°C ; Kelembaban : 55%

HASIL TERA ULANG
Result of verification

: DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2012

DITERA ULANG KEMBALI
Reverification

: 26 April 2013

Yogyakarta, 27 April 2012
Kepala
PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BALAI METROLOGI
NIP. 19580114 197903 1 006
DISPERINDAG
Soedarmono SE

Halaman 1 dari 1 Halaman

FBM.22-01.T

DILARANG MENGANDALKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

Lampiran 5

SILABUS PENJASORKES KELAS III

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas/ Semester : III/ I

Standart Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan

dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Kegiatan Pembelajaran	Indikator	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
1.1 Mempraktikkan gerakan dasar lari	Gerak Dasar lari	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan dasar lari engklek, melompati bilah dan ban dilanjutkan jutka n lari dan ujung kaki menyentuh pantat/ ujung kaki disepakkan kebelakang/menyentuh pantat • Lari melompati bilah dilanjutkan melompati gawang • Lari dengan arah memutar kemudian mengambil batu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lari engklek • Lari melompati bilah ujung kaki disepakkan kebelakang/menyentuh pantat • Lari bolak balik • Lari melompati bilah dilanjutkan melompati gawang • Lari dengan arah memutar kemudian mengambil batu. 	Gerak dasar lari dan kecepatan	8j p / (2 x pertemuan)	• • •

		<ul style="list-style-type: none"> • balo k • Mela kuka n lari melo mpat i bilah dan gaw ang/ kard us • Mela kuka n lari deng an arah berp utar kem udia n men gam bil batu 				
--	--	--	--	--	--	--

							•
							•
							•
							•
							•

Lampiran, 6**RENCANA PELAKSANAN PEMBELAJARAN**

Sekolah	: SD Winongo, Kasihan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olah raga dan Pendidikan
Kelas/ Semester	: III/ 2
Matri Pokok	: Ketrampilan Gerak Dasar Lari
Tema	: Mengembangkan Gerak Dasar Kaki dan Ayunan Lengan pada Lari Cepat
Alokasi Waktu	: 2 X 35 menit(2 jam Pelajaran)

I. STANDAR KOMPETISI

6. Mempraktekan berbagai gerak dasar dalam permainan sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

II. KOMPESI DASAR

6.1. Mempraktekan kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lompat dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama , tanggungjawab dan menghargai lawan atau diri sendiri.

III. INDIKATOR

- 1.Melakukan berbagai pola gerak lokomotor dengan cepat.
- 2.Mengkombinasikan gerak jalan dan lari
- 3 Mengkombinasikan gerak lari dan lompat dalam berbagai kecepatan.
- 4.Melakukan lari cepat dengan ayunan tangan menyentuh dagu.

IV. TUJUAN PEMBELAJARAN

Siswa dapat mempraktikan gerak dasar lari cepat

V. METODE PEMBELAJARAN

Ceramah, Demonstrasi, Penugasan.

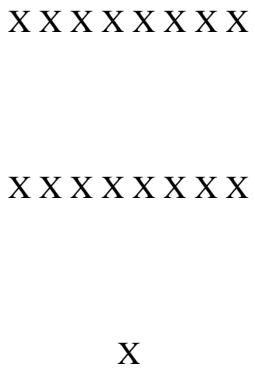
VI. ALAT DAN SUMBER BAHAN

- a. Alat: Rafia, bilah bambu, ban bekas/kardus,peluit, lembar observasi.
- b. Sumber:

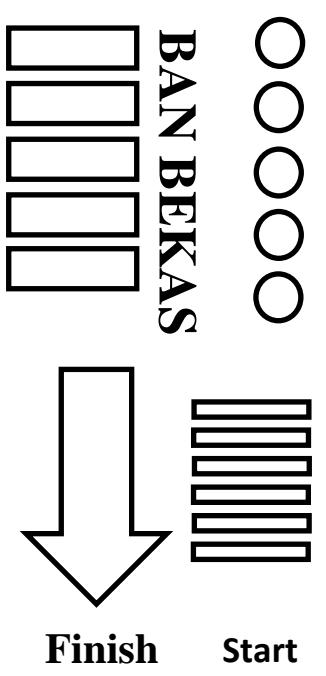
VII. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Siklus 1 pertemuan ke 1 : 2 x 35 menit

Hari/Tgl : Sabtu, 12 MEI 2012

No	GAMBAR	URAIAN GERAK	KETERANGAN
1	  	<p>1. Pendahuluan(10 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa ditarikkan dua baris berbarisan, dan dipimpin berdoa dilanjutkan presensi. Siswa dipimpin pemanasan dan Siswa diberi penjelasan tentang permainan yang akan diberikan yaitu permainan “Hitam Hijau”. Siswa dibagi 2 kelompok saling berhadapan. Kelompok A Hitam, dan kelompok B Hijau, pada saat guru menyerukan kata “ Hijau” maka kelompok hijau harus berlari menjauhi kelompok hitam sampai batas yang telah ditentukan, dan kelompok hitam mengejar kelompok 	

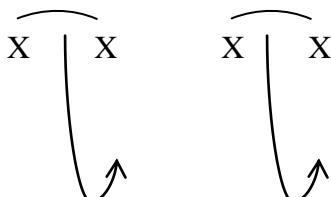
10 M	2 M	10 M			
O	→	←	O		
X			X		
O			O		
X			X		
O			O		
X			X		
O			O		
HIJAU		HITAM			
<p>hijau, dan apabila kelompok hijau ada yang tersentuh sebelum sampai batas maka kelompok tersebut diberi hukuman untuk menggendong . Selanjutnya apabila guru menyerukan kata “hitam” maka hitam yang berlari dan hijau yang mengejar.</p>					
<p>2. Latihan Inti(40 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru mengumpulkan anak dalam keadaan rilek kemudian membagi kelompok menjadi 2 kelompok. b. Guru menjelaskan model permainan gerak dasar lari setelah pembagian kelompok dan menyesuaikan peralatan permainan . c. Guru memperagakan cara melakukan permainan kemudian mengambil sampel siswa 					

		<p>untuk mencoba.</p> <ul style="list-style-type: none"> d. Siswa melakukan pembelajaran gerak dasar lari dalam bentuk bermain sebagai berikut: e. Anak berdiri dibelakang garis "start" f. Anak secara bergiliran melaksanakan : berjalan dengan satu kaki / engklek melewati sela-sela bilah yang tertata. g. dilanjutkan berlari angkat paha, kaki selalu berada di dalam ban. h. diteruskan melompat-lompat keatas dengan tolakan dua kaki melewati gawang yang tertata secara bergantian. i. diteruskan lari dengan ujung kaki tumit menendang pantat sampai garis finish. (latihan dapat diulang beberapa kali melihat situasi dan kondisi fisik anak). 	
--	--	---	--

		<p>j. Diakhiri kegiatan dilakukan evaluasi belajar lari cepat 30meter.</p> <p>3. Penutup (10 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa ditarikkan dua bersama-sama saling berhadap-hadapan. Sambil duduk kaki telunjuk lurus dilakukan gerakan saling memijat kaki teman pasangannya. b. Guru memberi umpan balik dengan tanya jawab. c. Guru meminta siswa untuk memberi kesan sebagai refleksi dan evaluasi proses pembelajaran. d. Setelah selesai kegiatan pembelajaran siswa disiapkan dan berdoa lalu kembali ke sekolah untuk melanjutkan aktivitas lainnya. 	
--	--	--	--

Pertemuan ke 2 : 2 x 35 menit

Hari/Tgl: Sabtu, 19 MEI 2012

<p>X</p> <p>X X X X X X X X X</p> <p>X X X X X X X X X</p> <p>X X</p> <p>X X</p> <p>X X</p> <p>X X</p> <p>X X</p> <p>X X</p> 	<p>2. PERTEMUAN KE-2(2X 35 menit) SIKLUS I</p> <p>a. Pendahuluan(10 menit)</p> <p>a. Siswa ditarikkan menjadi 2 bersaf Pembelajaran diawali dengan berdoa dan absensi</p> <p>b. Guru menyampaikan apersepsi kegiatan yang akan dilakukan.</p> <p>Siswa melakukan pemanasan dengan permainan menjahit Pelaksanaannya sebagai berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi dua kelompok A dan B. Satu baris A dan satu baris B - Masing-masing kelompok ada 2 anak yang menjadi terowongan, yang lainnya membentuk garis lurus kebelakang 	<p>Permainan Menjahit</p>
--	--	-------------------------------

<p>START</p> <p>X X X X</p> <p>FINISH</p>	<p>dan saling pegang pinggang teman depannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Setelah guru memberi aba-aba kekanan 1 kali, maka masig-masing barisan berputar kekanan sesuai dengan perintah. Dan siapa yang menyelesaikan putaran paling dulu membentuk barisan paling rapi, itulah pemenangnya. Ini dilakukan berulang-ulang sesuai dengan perintah. <p>2. Kegiatan Inti(40 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa dibagi menjadi dua kelompok. <ul style="list-style-type: none"> - Masing-masing kelompok melakukan gerakan lari melompati 20 bilah yang di pasang (jarak 20 cm). Dengan ayunan lengan tangan kearah dagu.
---	---

X X X X X X X X X X X X X X X X X	<ul style="list-style-type: none"> - Dilanjutkan dengan melakukan lompat 10 kardus yang dipasang dengan jarak 40 cm. <p>b. Latihan ini dapat diulang sesuai dengan kondisi fisik anak.</p> <p>c. Kegiatan ini diakhiri dengan lari cepat 30 meter.</p> <p>3. Penutup(10 menit)</p> <p>a. Siswa ditarikkan dua bersaf, sambil duduk seluruhnya, siswa memperhatikan evaluasi/ perbaikan gerakan yang telah dilakukan anak.</p> <p>b. Guru memberikan umpan balik dengan tanya jawab.</p> <p>c. Setelah selesai kegiatan pembelajaran siswa disiapkan, berdoa lalu dibubarkan untuk istirahat.</p>	
---	---	--

VII. PENILAIAN

1.Jenis Tagihan : Tes dalam proses (unjuk kerja)

2. Bentuk penilaian

a. Unjuk kerja Psikomotor.

- Angkat Paha

- Langkah Panjang

- Ayunan Lengan.

Mengetahui

Kepala Sekolah SD Winongo

Bantul 19 Mei 2012

Guru Penjaskes

Parinem

Drs. Santosa Rahayu

NIP: 19580516 198012 1003

Lampiran 7.

INSTRUMEN PENILAIAN GERAK DASAR LARI

No	Kriteria	Indikator	Rentang Skor	Skor
1	Sikap Kaki	1)Tungkai bawah dilipat. 2)Kaki belakang menolak sampai lutut lurus. 3)Saat kedua kaki melayang di udara, mendarat dengan ujung telapak kaki terlebih dahulu . 4)Salah satu kaki menapak di tanah.	1-4	
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1
2	Gerakan Lengan	1)Gerakan Lengan Bersumber Pada Persendian Bahu. 2)Ayunan ke depan harus lebih aktif daripada ayunan ke belakang. 3)siku membentuk sudut 90°, dan jari-jari tangan setengah mengepal dan rilek. 4)Gerakan lengan jangan sampai berakibat terangkatnya kedua bahu keatas.		
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1
3	Sikap Badan	1)Sikap badan tetap dan condong ke depan, serta tidak membungkukkan badan ke depan. 2)Leher, dagu, dan bahu tetap rilek 3)Sikap kepala tetap wajar dan rilek. 4)Pandangan ke depan sedikit serong ke bawah.		
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1

		terpenuhi skor		
4	Melewati Garis Finish	1)Lari terus tanpa mengubah sikap badan. 2)Memutar atau memiringkan badan kesalah satu sisi. 3)Merebahkan atau menjatuhkan badan ke depan. 4)Tidak melompat, tidak melihat kekanan dan kekiri dan jangan berhenti mendadak.		
	Jika 4 kriteria terpenuhi skor			4
	Jika 3 kriteria terpenuhi skor			3
	Jika 2 kriteria terpenuhi skor			2
	Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor			1

Sumber: Sucipto dkk, (2000: 17-22).

Pengamat

Keterangan:

Kuantitatif

.....

Nilai = (skor : nilai maksimum) x100

**Lampiran 8. LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA
(MELALUI TES LARI CEPAT 30 M)Siklus I**

No	Nama	Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Masuk Jenis	Jumlah	Nilai	Ket
1.	Arya	4	3	3	4	14	87,5	
	Isma	2	3	3	4	12	75	
	David	3	2	3	2	10	62,5	
	Linda	3	3	3	3	12	75	
	Astrid	3	3	3	2	11	62,5	
	Ade	4	2	3	3	12	68,75	
	Afia	3	3	4	3	13	75	
	Alijah	3	3	3	2	11	68,75	
	Aura	3	3	3	3	12	75	
	Cornelia	3	3	3	2	11	68,75	
	Dafa	4	3	3	4	14	87,5	
	Fauzan	3	3	3	3	12	75	
	Kahla	3	2	3	3	11	68,75	
	Kaiya	3	3	4	3	13	81,25	
15.	Laily	3	4	3	3	13	81,25	
16.	Mahardika	2	3	3	2	10	62,5	
17.	Meza	3	4	3	4	14	87,5	
18.	Nurvan	3	3	3	3	12	75	
19.	Nahidiya	3	3	3	2	11	68,75	
20.	Rani	4	3	4	3	14	87,5	
21.	Usnan	3	4	3	3	13	81,25	
22.	Utiya	4	3	3	4	14	87,5	
23.	Wulan	3	3	3	3	12	75	
24.	Yuni	3	3	3	3	12	75	

	Jumlah						1812,5	
	Rata – rata						75,52	
	Presentasi						66,66	
	Ketuntasan							

Lampiran 9. Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran
Dasar Lari SD Winongo Kasihan Bantul

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar			3	
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar			3	
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak			3	
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran				4
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif			3	
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan			3	
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran				4
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran			3	
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung			3	
20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi			3	
F	Penggunaan Bahasa				

21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar				4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami				4
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa			3	
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan			3	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan				4
	Jumlah			45	40

Keterangan

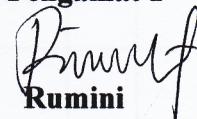
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

1. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
2. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
3. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
4. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 12 Mei 2012

Pengamat 1



Rumini

Lampiran 10.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar				4
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar			3	
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran				
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran				
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan				
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak				
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran			3	
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif				4
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan				4
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran			3	
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran				4
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				4
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi			3	
F	Penggunaan Bahasa				
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar				4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami				4
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa			3	
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan				4
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan				4
Jumlah				33	56

Keterangan

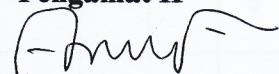
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

1. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
2. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
3. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
4. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 12 Mei 2012

Pengamat II



Ambarwati

Lampiran 11.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar				
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa			3	
5	Kegiatan inti belajar			3	
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak				4
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran			3	
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif			3	
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan			3	
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran			3	
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran				
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				4

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi		3	
F	Penggunaan Bahasa			
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar			4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami			4
III	Penutup			
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa		3	
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan		3	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan		3	
Jumlah			51	32

Keterangan

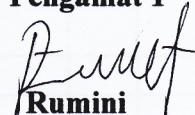
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

1. **20 -34**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
2. **35 -49**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
3. **50 -64**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
4. **68 -80** berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 19 Mei 2012

Pengamat 1



Lampiran 12.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar				4
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar			3	
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			4	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak				4
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran			3	
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif				4
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan				4
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran				4
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran				4
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				4

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi		3	
F	Penggunaan Bahasa			
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar		4	
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami		4	
III	Penutup			
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa		4	
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan		4	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan		4	
Jumlah			24	89

Keterangan

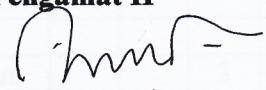
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

1. **20 -34**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
2. **35 -49**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
3. **50 -64**, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
4. **68 -80** berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 19 Mei 2012

Pengamat II



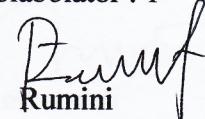
Ambarwati

Lampiran 13.**Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran****Gerak Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan				4
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat			3	
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran				4
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru				4
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				4
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa			3	
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan			3	
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran			3	
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif			3	
Total skor				24	24

12 Mei 2012

Kolabolator : 1



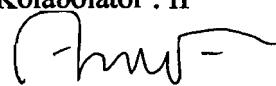
Rumini

Lampiran 14.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak
Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat			3	
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran				4
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru			3	
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan			3	
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa			3	
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran			3	
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif			3	
Total skor				30	12

12 Mei 2012
Kolabolator : II



Ambarwati

Lampiran 15.

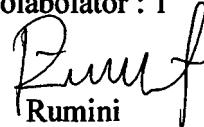
Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak

Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat				
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru				4
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				4
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa			3	
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran				4
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif				4
Total skor				18	24

19 Mei 2012

Kolabolator : 1



Rumini

Lampiran 16.**Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak****Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat			3	
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan			3	
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru				
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan			3	
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa			3	
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran				4
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif				4
Total skor				27	20

19 Mei 2012

Kolabolator : II



Ambarwati

Lampiran 17.**ASPEK PENILAIAN PESIKOMOTOR LARI CEPAT**

Materi Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
 Kelas / Semester : III / II
 Hari Tanggal : 12 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian Psikomotor Gerak Dasar Lari				Jml	Nilai	ket
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	3	2	2	3	10	62,5	
2	Isma	2	2	2	2	8	50	
3	Dawjd	2	3	2	2	9	56,3	
4	Linda	2	2	2	2	8	50	
5	Astrid	3	3	2	2	10	68	
6	Ade	2	2	3	2	8	56,3	
7	Afiq	3	2	3	3	11	75	
8	Aliyah	3	2	2	2	10	68,8	
9	Aura	3	3	2	3	11	62,5	
10	Kurnelia	3	2	3	2	9	68,8	
11	Dafa	3	3	3	3	12	68,8	
12	Fauzan	3	3	3	2	11	56,3	
13	Kahla	2	3	2	3	10	62,5	
14	Kaysa	3	3	2	3	11	62,5	
15	Laily	3	4	2	2	11	75	
16	Mahardika	3	2	2	2	9	62,5	
17	Meza	3	2	3	3	10	75	
18	Nurvan	3	2	3	2	10	56,3	
19	Nadifa	3	4	2	3	12	75	
20	rani	3	2	2	3	10	62,5	
21	Usnan	3	3	3	3	12	75	
22	Utiya	3	2	2	2	9	56,3	
23	Wulan	3	3	3	3	12	75	
24	Yuni	2	2	2	2	8	50	

Jumlah

1506,7

Rata-rata

62,77

Sabtu, 12 Mei 2012

Pengamat I



Rumini

Lampiran 18.**ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI**

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
 Kelas / Semester : III / II
 Hari Tanggal : 12 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek				Jml	Nilai	ket
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	2	12	75	
2	Isma	3	2	2	3	10	62,5	
3	Dawjd	2	2	3	2	9	56,3	
4	Linda	3	2	2	3	10	62,5	
5	Astrid	3	3	2	2	10	62,5	
6	Ade	3	2	2	3	10	62,5	
7	Afiq	3	3	2	2	10	62,5	
8	Aliyah	2	2	3	3	10	62,5	
9	Aura	3	2	2	2	9	56,3	
10	Kurnelia	2	2	3	2	9	56,3	
11	Dafa	4	2	3	3	12	75	
12	Fauzan	3	3	2	3	11	68,8	
13	Kahla	2	2	2	2	8	50	
14	Kaysa	3	2	2	2	9	56,3	
15	Laily	2	3	3	2	10	62,5	
16	Mahardika	3	3	2	3	11	68,8	
17	Meza	3	2	3	2	10	62,5	
18	Nurvan	3	3	3	3	12	75	
19	Nadifa	2	2	3	3	10	62,5	
20	rani	3	2	2	3	10	62,5	
21	Usnan	4	3	3	2	12	75	
22	Utiya	3	3	3	2	11	68,8	
23	Wulan	3	3	3	3	12	75	
24	Yuni	3	2	2	3	10	62,5	

Jumlah

1544,1

Rata-rata

64,33

Sabtu, 12 Mei 2012

Pengamat II



Ambarwati

Lampiran 19.**ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI**

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari

Kelas / Semester : III / II

Hari Tanggal : 19 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek				Jml	Nilai	ket
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	3	13	81,3	
2	Isma	3	3	3	3	12	75	
3	Dawjd	3	3	2	2	10	62,5	
4	Linda	3	3	3	3	12	75	
5	Astrid	3	3	3	3	12	75	
6	Ade	4	3	3	2	12	75	
7	Afiq	3	3	3	4	13	81,3	
8	Aliyah	2	3	3	3	11	68,8	
9	Aura	4	3	3	3	13	81,3	
10	Kurnelia	3	3	4	3	13	81,3	
11	Dafa	3	3	3	3	12	75	
12	Fauzan	4	3	3	3	13	81,3	
13	Kahla	2	2	4	3	10	62,5	
14	Kaysa	4	3	3	3	13	81,3	
15	Laily	2	3	3	3	12	75	
16	Mahardika	4	3	3	3	13	81,3	
17	Meza	3	3	2	2	10	62,5	
18	Nurvan	3	3	3	3	12	75	
19	Nadifa	3	3	3	3	12	75	
20	rani	3	3	2	3	12	75	
21	Usnan	3	3	3	3	13	81,3	
22	Utiya	4	3	3	3	12	75	
23	Wulan	3	3	3	3	12	75	
24	Yuni	3	3	3	3	12	75	

Jumlah

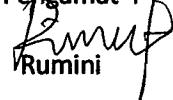
1800,7

Rata-rata

75,029

Sabtu, 19 Mei 2012

Pengamat I



Rumini

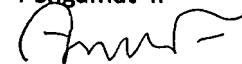
Lampiran 20.**ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI**

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
 Kelas / Semester : III / II
 Hari Tanggal : 19 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian Gerak Dasar Lari				Jml	Nilai	ket
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	3	13	87,5	
2	Isma	3	3	3	3	12	75	
3	Dawjd	3	2	3	3	9	56,3	
4	Linda	3	3	3	3	12	75	
5	Astrid	3	3	3	2	11	62,3	
6	Ade	4	3	3	3	13	81,3	
7	Afiq	3	3	4	2	12	75	
8	Aliyah	3	4	3	3	11	62,3	
9	Aura	4	3	3	3	13	81,3	
10	Kurnelia	4	3	3	2	12	75	
11	Dafa	3	3	3	4	13	81,3	
12	Fauzan	3	4	3	3	13	81,3	
13	Kahla	2	3	3	2	10	62,5	
14	Kaysa	3	3	3	2	12	75	
15	Laily	3	3	3	3	12	75	
16	Mahardika	3	3	3	4	13	81,3	
17	Meza	3	4	3	3	13	81,3	
18	Nurvan	3	3	3	3	12	75	
19	Nadifa	3	3	3	3	12	75	
20	rani	2	2	3	4	11	62,3	
21	Usnan	4	3	3	3	13	81,3	
22	Utiya	3	3	3	3	12	75	
23	Wulan	4	3	3	3	13	81,3	
24	Yuni	3	3	3	3	12	75	
Jumlah							1800,7	
Rata-rata							75,029	

Sabtu, 19 Mei 2012

Pengamat II



Ambarwati

Lampiran 21.**RENCANA PELAKSANAN PEMBELAJARAN**

Sekolah	: SD Winongo, Kasihan
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olah raga dan Pendidikan
Kelas/ Semester	: III/ 2
Matri Pokok	: Ketrampilan Gerak Dasar Lari
Tema	: Mengembangkan Gerak Dasar Kaki dan Ayunan Lengan pada Lari Cepat
Alokasi Waktu	: 2 X 35 menit(2 jam Pelajaran)

I. STANDAR KOMPETISI

6. Mempraktekan berbagai gerak dasar dalam permainan sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

II. KOMPESI DASAR

6.1. Mempraktekan kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lompat dengan koordinasi yang baik dalam permainan sederhana, serta nilai kerjasama , tanggungjawab dan menghargai lawan atau diri sendiri.

III. INDIKATOR

- 1.Melakukan berbagai pola gerak lokomotor dengan cepat.
- 2.Mengkombinasikan gerak jalan dan lari
- 3 Mengkombinasikan gerak lari dan lompat dalam berbagai kecepatan.
- 4.Melakukan lari cepat dengan ayunan tangan menyentuh dagu.

IV. TUJUAN PEMBELAJARAN

Siswa dapat mempraktikan gerak dasar lari cepat

V. METODE PEMBELAJARAN

Ceramah, Demonstrasi, Penugasan.

VI. ALAT DAN SUMBER BAHAN

- a. Alat: Rafia, bilah bambu, ban bekas/kardus,peluit, lembar observasi.

b. Sumber:

VII. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Siklus 2 Pertemuan ke 1 : 2 x 35 menit

Hari/Tgl : Sabtu 26 MEI 2012

NO	FORMASI ATAU GAMBAR	URAIAN	KETERANGAN
1.	X X X X X X X X X X X X X X X XXX XXX XX XX X XX XX XXX	Pertemuan 1(2x 35 menit) siklus II. 1.Pendahuluan (10 menit) a. Pembelajaran ditarikkan menjadi 2 bersama-sama. Pembelajaran diawali dengan berdoa dan absensi. b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran. c. Guru menginformasikan modul pembelajaran yang akan digunakan. Guru memberikan persepsi dengan menceritakan kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan pada pertemuan yang lalu. d. Pemanasan (10 menit). Permainan bintang beralih. - Siswa dibagi 4 kelompok, Terlebih dahulu diadakan hompimpah dulu yang kalah berada di tengah.	

		<ul style="list-style-type: none"> - Setelah guru membunyikan peluit, masing-masing kelompok harus berpindah tempat. - Yang di tengah berusaha lari cari tempat. - Yang tidak punya tempat jadi di tengah. - Jika di tengah 3X berturut-turut maka dibuang sampai batas yang ditentukan. - Setelah ada peluit dari guru semua siswa berlari menuju tempat yang kosong, yang terakhir tidak dapat tempat jadi di tengah. - Permainan dilakukan berulang kali, sampai batas yang ditentukan. <p>e. Latihan inti 40 menit</p> <p>Gerak lari memindahkan benda</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi 4 kelompok, bola berada di tengah. - Masing-masing kelompok menempatkan di belakang ban. 	
--	--	---	--

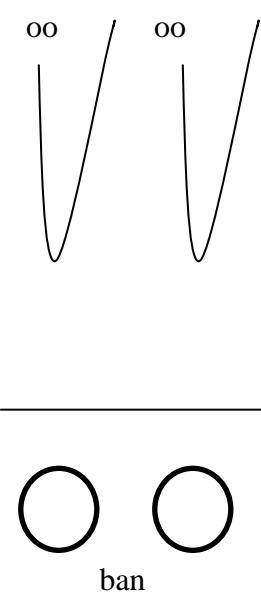
		<ul style="list-style-type: none"> - Dengan aba-aba peluit, masing-masing kelompok secara urut berlari mengambil bola yang ada di tengah. - Sampai bola habis, kelompok yang mengumpulkan paling banyak, itulah pemenangnya. - Perhatian guru terfokus pada kecepatan langkah kaki, ayunan lengan, kelincahan dan power yang dieksploritasikan siswa. - Di akhir kegiatan, dilakukan evaluasi belajar lari cepat 30 meter. <p>f. Penutup 10 menit</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Siswa ditarik 2 b. Guru memberikan evaluasi pada gerakan – gerakan yang salah. c. Setelah selesai guru memimpin berdoa dan dibubarkan untuk istirahat. <pre> graph TD Row1[Two students per team] --> Center1 Row1[Two students per team] --> Center1 Row2[Three students per team] --> Center2 Row2[Three students per team] --> Center2 Center1 --- Center2 Center2 --- ooo[ooo] Center2 --- oXo[oXo] Center2 --- ooo[ooo] </pre> <p style="text-align: center;">ooo oXo ooo</p> <p style="text-align: center;">XX XX XX XX</p> <p style="text-align: center;">XXX XXX XXX XXX</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X X X X X X X X</p>	
--	--	--	--

--	--	--

Pertemuan ke 2 : 2 x 35 menit

Hari/Tgl: Sabtu, 2 JUNI 2012

		Pertemuan ke 2(2x 35 menit) SIKLUS II.	
	X X X X X X X X X X X X	<p>1. Pendahuluan (10 menit)</p> <p>a. Siswa ditarikkan menjadi 2 bersaf. Pembelajaran diawali dengan berdoa dan absensi.</p>	
	X X X X	<p>b. Guru menyampaikan apersepsi kegiatan yang akan dilakukan dan dilanjutkan penguluran.</p>	
	X X X X	<p>c. Setelah penguluran, siswa melakukan pemanasan dengan permainan kena jadi.</p>	
	X X	<p>-Siswa diajak membuat lingkaran. Salah satu siswa memegang bola, sambil menyanyi bola diputar ke kanan atau ke kiri sesuai perintah guru. Siapa yang kejatuhan bola paling akhir, tepat dengan lagu terakhir itulah yang jadi dengan nelempar bola</p>	
	X X X X X X X X		
	X X X X X		

	<p style="text-align: center;">X</p> <table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>X</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>X</td> <td>X</td> </tr> </table> <hr/> <table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>oo</td> <td>oo</td> </tr> <tr> <td>ooo</td> <td>ooo</td> </tr> <tr> <td>oo</td> <td>oo</td> </tr> </table>  <p style="text-align: center;">ban</p>	X	X	X	X	X	X	X	X	oo	oo	ooo	ooo	oo	oo	<p>kebadan teman. Yang kena lemparan bola, giliran jadi mengejar. Begitu seterusnya</p> <p>2. Kegiatan Inti (40 menit)</p> <p>Gerak lari memindahkan benda ke</p> <p>ban bekas dengan jarak 20 meter.</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa dibagi menjadi 2 baris. b. Baris pertama berlari menuju ketumpukan balok yang sudah disediakan didepan dengan jarak 20 meter dan dibawa kegaris start dengan lari sprint. c. Demikian seterusnya baris kedua, ketiga, sampai dengan baris terakhir. d. Perhatian guru terfokus pada koordinasi gerak langkah kaki, ayunan lengan tangan, dan irama lari. e. Diakhir kegiatan dilakukan evaluasi belajar lari cepat 30 meter. 	
X	X																
X	X																
X	X																
X	X																
oo	oo																
ooo	ooo																
oo	oo																

		<p>f. Ofserver melakukan penilaian sesuai dengan tagihan</p> <p>3.Penutup (10 menit)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Siswa dikumpulkan dan ditarikkan menjadi 2 bersaf.. Guru mengoreksi dan mengevaluasi perbaikan gerakan yang telah dilakukan anak. b. Guru memberikan umpan balik dengan tanya jawab c. Setelah selesai kegiatan pembelajaran siswa disiapkan , berdoa lalu dibubarkan untuk istirahat. 	
		<p>X X X X X X X</p> <p>X X X X X X X</p> <p>X</p>	

VII. PENILAIAN

1. Jenis Tagihan : Tes dalam proses (unjuk kerja)
2. Bentuk penilaian
 - a. Unjuk kerja Psikomotor.
 - Angkat Paha
 - Langkah Panjang
 - Ayunan Lengan.

Mengetahui

Kepala Sekolah SD Winongo



Drs. Santosa Rahayu SPd

NIP: 195805161980121003

Bantul 26 Mei 201

Guru Penjaskes



Parinem

Lampiran 22.

INSTRUMEN PENILAIAN GERAK DASAR LARI

No	Kriteria	Indikator	Rentang Skor	Skor
1	Sikap Kaki	1)Tungkai bawah dilipat. 2)Kaki belakang menolak sampai lutut lurus. 3)Saat kedua kaki melayang di udara, mendarat dengan ujung telapak kaki terlebih dahulu . 4)Salah satu kaki menapak di tanah.	1-4	
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1
2	Gerakan Lengan	1)Gerakan Lengan Bersumber Pada Persendian Bahu. 2)Ayunan ke depan harus lebih aktif daripada ayunan ke belakang. 3)siku membentuk sudut 90°, dan jari-jari tangan setengah mengepal dan rilek. 4)Gerakan lengan jangan sampai berakibat terangkatnya kedua bahu keatas.		
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1
3	Sikap Badan	1)Sikap badan tetap dan condong ke depan, serta tidak membungkukkan badan ke depan. 2)Leher, dagu, dan bahu tetap rilek 3)Sikap kepala tetap wajar dan rilek. 4)Pandangan ke depan sedikit serong ke bawah.		
		Jika 4 kriteria terpenuhi skor		4
		Jika 3 kriteria terpenuhi skor		3
		Jika 2 kriteria terpenuhi skor		2
		Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor		1

		terpenuhi skor		
4	Melewati Garis Finish	1)Lari terus tanpa mengubah sikap badan. 2)Memutar atau memiringkan badan kesalah satu sisi. 3)Merebahkan atau menjatuhkan badan ke depan. 4)Tidak melompat, tidak melihat kekanan dan kekiri dan jangan berhenti mendadak.		
	Jika 4 kriteria terpenuhi skor			4
	Jika 3 kriteria terpenuhi skor			3
	Jika 2 kriteria terpenuhi skor			2
	Jika 1 kriteria terpenuhi atau tidak terpenuhi skor			1

Sumber: Sucipto dkk, (2000: 17-22).

Pengamat

Keterangan:

Kuantitatif

.....

Nilai = (skor : nilai maksimum) x100

Lampiran 23.**LEMBAR PENILAIAN UNJUK KERJA SISWA****(MELALUI TES LARI CEPAT 30 M)****SIKLUS II**

No	Nama	Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Masuk Jenis	Jumlah	Nilai	Ket
1.	Arya	4	3	4	3	14	87,5	
2.	Isma	2	3	3	4	12	75	
3.	David	3	2	3	2	10	62,5	
4.	Linda	3	4	3	4	14	87,5	
5.	Astrid	4	3	3	3	13	81,3	
6.	Ade	4	3	2	4	13	81,3	
7.	Afia	3	4	3	3	13	81,3	
8.	Alijah	3	4	3	4	14	87,5	
9.	Aura	3	3	3	4	13	81,3	
10.	Cornelia	3	3	3	3	12	75	
11.	Dafa	4	3	3	2	12	75	
12.	Fauzan	3	4	4	3	14	87,5	
13.	Kahla	3	4	3	4	14	87,5	
14.	Kaiya	3	2	3	3	11	75	
15.	Laily	3	3	3	3	12	75	
16.	Mahardika	2	3	3	3	11	75	
17.	Meza	3	3	3	4	13	81,3	
18.	Nurvan	3	3	3	3	12	75	
19.	Nahidija	3	4	3	4	14	87,5	
20.	Rani	4	3	3	4	14	87,5	
21.	Usnan	3	3	3	3	12	75	
22.	Utiya	4	3	3	4	14	87,5	

23.	Wulan	3	3	3	3	14	87,5	
24.	Yuni	4	3	3	4	12	75	
	Jumlah						1931,5	
	Rata – rata						8047,9	
	Presentasi						95,85	
	Ketuntasan							

**Lampiran 24. Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran
Dasar Lari SD Winongo Kasihan Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar			3	
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				
5	Kegiatan inti belajar				4
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak			3	
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran				
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif				4
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan				4
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain			3	
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran			3	
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran			3	
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran				4
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				4

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi				4
F	Penggunaan Bahasa				
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar				4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami				4
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa				4
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan			3	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan				4
Jumlah				39	48

Keterangan

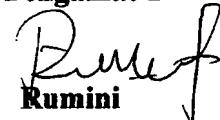
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

- 5. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
- 6. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
- 7. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
- 8. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 26 Mei 2012

Pengamat 1



Rumini

Lampiran 25.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar				4
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar				4
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak				4
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran			3	
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif			3	
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan				4
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran			3	
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran			3	
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				4

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi				4
F	Penggunaan Bahasa				
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar				4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami				4
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa				3
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan				3
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan				4
Jumlah				36	52

Keterangan

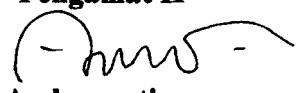
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

- 5. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
- 6. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
- 7. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
- 8. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 26 Mei 2012

Pengamat II



Ambarwati

Lampiran 26.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar			3	
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar				4
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak			3	
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa			3	
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran				4
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif				4
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan			3	
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain			3	
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran			3	
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran				4
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran			3	
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung				4

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi				
F	Penggunaan Bahasa				
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar				4
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami				4
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa				4
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan			3	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan				4
Jumlah				39	48

Keterangan

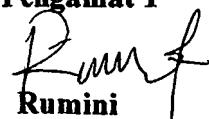
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

- 5. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
- 6. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
- 7. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
- 8. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 2 Juni 2012

Pengamat 1



Rumini

Lampiran 27.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Guru dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari
SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek Yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pra Pembelajaran				
1	Mempersiapkan siswa untuk mengikuti kegiatan belajar			3	
2	Melakukan kegiatan apersepsi				4
3	Memberikan do'a				4
4	Presensi siswa				4
5	Kegiatan inti belajar				4
II	Kegiatan Inti Belajar				
A	Penguasaan Materi Pembelajaran				
6	Penguasaan Materi Pembelajaran			3	
7	Menunjukkan penguasaan materi pembelajaran			3	
8	Mengikuti materi dengan kegiatan yang relevan			3	
9	Menyampaikan materi dengan jelas sesuai hirarkhi dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik anak			3	
B	Pendekatan/ Strategi Pembelajaran				
10	Melakukan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang dicapai dan karakteristik siswa				4
11	Seluruh siswa mendapat peluang yang sama dalam melakukan aktivitas pembelajaran				4
12	Melakukan pembelajaran yang mengaitkan tumbuhnya kebiasaan yang positif				4
13	Melakukan pembelajaran sesuai alokasi waktu yang direncanakan				4
C	Pemanfaatan Alat dan Sumber Belajar				
14	Alat sesuai dengan materi bermain				4
15	Alat tidak membahayakan proses pembelajaran				4
D	Pembelajaran Yang Memicu dan Memelihara Ketertiban Siswa				
16	Menumbuhkan prestasi aktif siswa dalam pembelajaran				4
17	Menumbuhkan keceriaan dan antusias siswa dalam pembelajaran				4
18	Manfaat kemajuan belajar selama proses berlangsung			3	
E	Penilaian dan Proses Hasil Belajar				
19	Memantau proses belajar selama proses belajar berlangsung			3	

20	Melakukan penilaian akhir sesuai dengan kompetensi			3	
F	Penggunaan Bahasa				
21	Menggunakan bahasa lisan secara jelas, baik dan benar			4	
22	Menggunakan bahasa yang mudah dipahami			4	
III	Penutup				
23	Melakukan refleksi dengan melibatkan siswa			3	
24	Melaksanakan tindaklanjut dengan memberikan arah, atau kegiatan, tugas sebagai remidi atau pengayaan			3	
25	Memimpin do'a sebelum kegiatan dibubarkan			4	
Jumlah				30	60

Keterangan

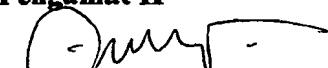
Nilai 1 kurang, 2 cukup, 3 baik, 4 baik sekali

Skor yang diperoleh

- 5. 20 -34, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran kurang
- 6. 35 -49, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran cukup
- 7. 50 -64, berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik
- 8. 68 -80 berarti perilaku guru dalam proses pembelajaran baik sekali

Sabtu, 2 Juni 2012

Pengamat II



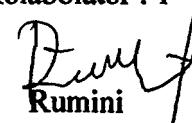
Ambarwati

Lampiran 28.

**Lampiran Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak
Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan				4
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat			3	
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru			3	
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				4
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa			3	
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran			3	
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif				4
Total skor				24	24

26 Mei 2012
Kolabolator : 1


 Rumini

Lampiran 29.

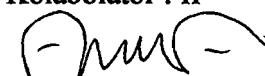
Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak

Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
I	Pendahuluan	1	2	3	4
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama				
II	Pemanasan				4
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat			3	
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru			3	
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa				4
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran			3	
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif			3	
Total skor				27	20

26 Mei 2012

Kolabolator : II

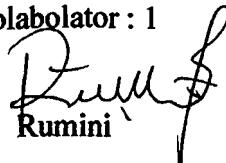


Ambarwati

Lampiran 30.

**Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak
Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul**

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
I	Pendahuluan	1	2	3	4
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib				4
3	Siswa berdoa dengan seksama				4
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat				4
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru			3	
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				4
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa				4
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan				4
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran				4
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif				4
Total skor				15	36

2 Juni 2012
Kolabolator : 1

Rumini

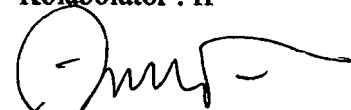
Lampiran 31.

Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Pada Pembelajaran Gerak

Dasar Lari SD Winongo, Kasihan, Bantul

No	Indikator/ Aspek yang Dinilai	Skor			
		1	2	3	4
I	Pendahuluan				
1	5 menit sebelum pembelajaran siswa sudah hadir dilapangan			3	
2	Siswa di lapangan dengan tertib			3	
3	Siswa berdoa dengan seksama			3	
II	Pemanasan				
4	Siswa melakukan pemanasan dengan semangat				4
5	Seluruh siswa melakukan pemanasan dalam bentuk permainan				4
III	Kegiatan Pembelajaran				
6	Siswa mendengarkan guru yang menyampaikan tujuan dalam pembelajaran			3	
7	Siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan instruksi guru				4
8	Siswa melakukan pembelajaran dengan gembira dan menyenangkan				4
9	Masing-masing siswa melakukan proses pembelajaran dengan tidak terpaksa				4
10	Siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
11	Siswa melakukan gerak dasar lari dengan berkelompok dan dapat menyesuaikan diri			3	
IV	Pendinginan				
12	Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan yang menggembirakan			3	
13	Siswa terlihat termotivasi setelah menerima materi pembelajaran			3	
14	Siswa melakukan kegiatan dengan sportif				4
Total skor				21	28

2 Juni 2012
Kolabolator : II



Ambarwati

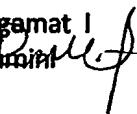
Lampiran 32:

ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
Kelas / Semester : III / II
Hari Tanggal : 26 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian Psikomotor Lari Cepat				Jml	Nilai	ke t
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	3	13	81,3	
2	Isma	3	3	3	3	12	75	
3	Dawjd	2	3	3	1	11	68,8	
4	Linda	3	3	3	3	12	75	
5	Astrid	4	3	3	3	11	68,8	
6	Ade	3	3	3	3	13	81,3	
7	Afiq	2	3	4	3	13	81,3	
8	Aliyah	3	2	3	3	11	68,8	
9	Aura	3	3	3	4	13	81,3	
10	Kurnelia	4	3	2	3	11	68,8	
11	Dafa	3	3	3	4	13	81,3	
12	Fauzan	3	3	3	3	13	81,3	
13	Kahla	3	3	3	2	11	68,8	
14	Kaysa	3	3	3	2	11	68,8	
15	Laily	3	3	3	3	12	75	
16	Mahardika	4	3	3	4	13	81,3	
17	Meza	3	2	3	3	12	75	
18	Nurvan	3	3	3	2	12	75	
19	Nadifa	3	3	3	3	12	75	
20	rani	3	3	2	3	11	68,8	
21	Usnan	4	3	3	3	13	81,3	
22	Utiya	3	3	2	3	12	75	
23	Wulan	4	3	3	3	13	81,3	
24	Yuni	3	3	3	2	12	75	
Jumlah							1838,1	
Rata-rata							76,56	

Sabtu, 26 Mei 2012

Pengamat I

Rumiyah

Lampiran 33.

ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
 Kelas / Semester : III / II
 Hari Tanggal : 26 Mei 2012

No	Nama Siswa	Aspek Penilaian Gerak Dasar Lari				Jml	Nilai	ke t
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	4	3	3	14	87,5	
2	Ismi	3	3	3	3	12	75	
3	Dawjd	3	2	2	3	10	62,5	
4	Linda	3	3	3	3	12	75	
5	Astrid	4	3	3	3	13	81,3	
6	Ade	4	3	2	4	13	81,3	
7	Afiq	4	3	4	2	13	81,3	
8	Aliyah	3	2	3	3	11	68,8	
9	Aura	3	3	3	3	12	75	
10	Kurnelia	3	3	3	3	12	75	
11	Dafa	4	3	4	3	14	87,5	
12	Fauzan	3	3	3	4	13	81,3	
13	Kahla	4	3	2	3	12	75	
14	Kaysa	4	3	2	3	12	75	
15	Laily	4	3	2	4	13	81,3	
16	Mahardika	4	4	3	3	14	87,3	
17	Meza	3	3	3	3	12	75	
18	Nurvan	4	4	2	3	13	81,3	
19	Nadifa	4	3	2	3	12	75	
20	Rani	3	3	2	4	12	75	
21	Usnan	4	3	3	4	14	87,5	
22	Utiya	4	2	2	4	12	75	
23	Wulan	4	3	3	3	13	81,3	
24	Yuni	3	3	3	3	12	75	
Jumlah							1875,4	
Rata-rata							78,14	

26 Mei 2012

Pengamat II

 Ambarwati

Lampiran 34.

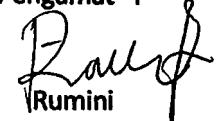
ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari
 Kelas / Semester : III / II
 Hari Tanggal : 2 Juni 2012

No	Nama Siswa	Aspek Psikomotor Gerak Dasar Lari				Jml	Nilai	ke t
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	3	13	81,3	
2	Isma	3	3	3	3	12	75	
3	Dawid	3	2	2	2	9	56,3	
4	Linda	4	3	2	3	12	75	
5	Astrid	3	3	3	3	12	75	
6	Ade	4	3	3	3	13	81,3	
7	Afiq	3	4	4	2	13	81,3	
8	Aliyah	3	3	3	3	12	75	
9	Aura	4	3	3	3	13	81,3	
10	Kurnelia	3	3	3	3	12	75	
11	Dafa	4	3	3	2	13	81,3	
12	Fauzan	4	3	3	3	13	81,3	
13	Kahla	3	4	3	3	12	75	
14	Kaysa	3	3	3	3	12	75	
15	Laily	3	3	3	3	12	75	
16	Mahardika	4	3	4	2	13	81,3	
17	Meza	3	3	3	3	12	75	
18	Nurvan	4	3	3	2	13	81,3	
19	Nadifa	3	3	3	3	12	75	
20	rani	4	4	3	2	12	75	
21	Usnan	4	3	3	2	13	81,3	
22	Utiya	3	3	3	3	12	75	
23	Wulan	4	4	3	3	14	87,5	
24	Yuni	3	3	3	3	12	75	
Jumlah;							1850,5	
Rata-rata							7,70	

2 Juni 2012

Pengamat I



Rumini

Lampiran 35.

ASPEK PENILAIAN GERAK DASAR LARI

Hari Pembelajaran : Keterampilan Gerak Dasar Lari

Kelas / Semester : III / II

Hari Tanggal : 2 Juni 2012

No	Nama Siswa	Aspek Psikomotor Gerak Dasar Lari				Jml	Nilai	ke t
		Gerakan Kaki	Gerakan Lengan	Gerakan Badan	Cara Melewati Garis Finish			
1	Arya	4	3	3	3	13	81,3	
2	Ismi	3	3	3	3	12	75	
3	Dawjd	3	2	2	2	9	56,3	
4	Linda	4	3	2	3	12	75	
5	Astrid	3	3	3	3	12	75	
6	Ade	4	3	3	3	13	81,3	
7	Afiq	3	4	4	2	13	81,3	
8	Aliyah	3	3	3	3	12	75	
9	Aura	4	3	3	3	13	81,3	
10	Kurnelia	3	3	3	3	12	75	
11	Dafa	4	3	3	2	13	81,3	
12	Fauzan	4	3	3	3	13	81,3	
13	Kahla	3	4	3	3	12	75	
14	Kaysa	3	3	3	3	12	75	
15	Laily	3	3	3	3	12	75	
16	Mahardika	4	3	4	2	13	81,3	
17	Meza	3	3	3	3	12	75	
18	Nurvan	4	3	3	2	13	81,3	
19	Nadifa	3	3	3	3	12	75	
20	Rani	4	4	3	2	12	75	
21	Usnan	4	3	3	2	13	81,3	
22	Utiya	3	3	3	3	12	75	
23	Wulan	4	4	3	3	14	87,5	
24	Yuni	3	3	3	3	12	75	
Jumlah:							1850,5	
Rata-rata							7,70	

2 Juni 2012

Pengamat II

Ambarwati

Lampiran 36





**DINAS PENDIDIKAN DASAR KABUPATEN BANTUL
SD WINONGO**

Alamat; JL. Bantul Km.65 Yogyakarta Teip. (0274) 379182 Kode POS. 55181

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 207/ SD- WNG/ KSH/ XI/ 2010

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Drs. Santoso Rahayu
NIP : 195805161980121003
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD winongo UPT-PPD Kecamatan Kasihan

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Parinem
Jabatan : GTT (Guru Olahraga)
Tempat/ Tgl Lahir : Bantul, 02 Maret 1970
Alamat : Kadek Rowo Gilangharjo Pandak Bantul Yogyakarta

Menerangkan bahwa benar-benar melakukan penelitian pada bulan Mei sampai dengan Juni 2012 untuk penyusunan skripsi.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar digunakan seperlunya.

Kasihan, September 2012
Kepala Sekolah

Drs. Santosa Rahayu
NIP. 195805161980121003