LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SD NEGERI WONOSARI 02 KOTA SEMARANG

Disusun Oleh:

Nama : Heri Siswanto
NIM : 6102409014
Prodi : PGPJSD

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

TAHUN 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan PPL II ini telah disusun sesuai dengan pedoman PPL UNNES.

Hari :

Tanggal : Oktober 2012

Disahkan oleh :

Koordinator Dosen Pembimbing	Kepala SD N Wonosari 02
Drs. Mujiyono, M.Pd	Achlani, S.Pd.I
NIP. 195306061981031003	NIP. 19531010 197802 1 007

Ketua Pengembangan PPL UNNES

Drs. Masugino, M.Pd

NIP. 19520721 198012 1 001

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah serta inayah-Nya sehingga penyusun dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan 2 di SD Negeri Wonosari 02. Laporan ini disusun sebagai bukti bahwa kami telah melakukan praktik pengalaman lapangan di SD Negeri Wonosari 02, Penyusunan laporan ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan semua pihak. penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Sudijono Sastroatmojo, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Masugino, M.Pd. Selaku Kepala Pusat Pengembangan PPL Universitas Negeri Semarang.
3. Drs. Harry Pramono. M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Drs.Mugiyo Hartono, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar (PGPJSD)
5. Drs. Mujiyono, M.Pd selaku Koordinator Dosen Pembimbing.
6. Agus Widodo Suripto, S.Pd, M.Pd selaku Dosen Pembimbing PPL.
7. Achlani, S.Pd.I selaku Kepala Sekolah SD Negeri Wonosari 02.
8. Suhatno, S.Pd.SD selaku Koordinator Guru Pamong SD Negeri Wonosari 02.
9. Segenap Guru dan Karyawan SD Negeri Wonosari 02.
10. Rekan–rekan Mahasiswa Pratikan Pengalaman Lapangan di SD Negeri Wonosari 02.
11. Siswa–siswi SD Negeri Wonosari 02.
12. Semua pihak yang telah membantu kegiatan ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, Penulis menyadari bahwa dalam laporan ini masih banyak sekali kekurangan, akan tetapi penulis berharap laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, Oktober 2012

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul i
Halaman Pengesahan ii
Kata Pengantar iii
Daftar isi iv
Daftar Lampiran v
BAB I Pendahuluan 1
A. Latar Belakang 1
B. Tujuan 1
C. Manfaat 2
BAB II Landasan Teori 3
A. Dasar Pelaksanaan PPL II 3
B. Kompetensi Guru 4
C. Pengertian Kurikulum dan Silabus 4
D. Pembelajaran 5
E. Pembelajaran dalam Praktik Pengalaman Lapangan 5
BAB III Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL 2) 6
A. Waktu 6
B. Tempat 6
C. Tahapan 6
D. Materi 7
E. Proses Bimbingan 8
F. Faktor Penghambat dan Pendukung 9
BAB IV Penutup 10
A. Simpulan 10
B. Saran 10
Refleksi Diri 11
Lampiran-lampiran 15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Kegiatan Mahasiswa PPL

Lampiran 2 Jadwal Kegiatan

a. Mengajar terbimbing
b. Mengajar mandiri
c. Mengajar ujian

Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

a. RPP mengajar terbimbing
b. RPP mengajar mandiri
c. RPP ujian

Lampiran 4 Presensi

a. Daftar hadir dosen
b. Daftar hadir mahasiswa

Lampiran 5 Kartu Bimbingan Mengajar

BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Guru merupakan komponen penting dalam terciptanya kualitas hasil pembelajaran di sekolah. Semakin baik kualitas guru, maka akan semakin baik kualitas Sumber Daya Manusianya, yaitu peserta didik. pada zaman modern yang terus berkembang selama ini, diharapkan kualitas guru akan meningkat terutama kualitas profesionalisme guru. Dengan semakin berkembangnya teknologi, diharapkan guru maupun calon guru memiliki wawasan yang lebih luas dari pada siswa di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi.

Guru harus memiliki seperangkat pengetahuan, keterampilan, nilai, sikap, serta tingkah laku yang diperlukan bagi profesinya,serta cakap dan tepat penggunaannya di dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran baik di sekolah maupun di luar sekolah. Salah satu perguruan tinggi negeri yang nantinya akan mencetak calon – calon tenaga pendidik, yaitu Universitas Negeri Semarang , yang telah menbuka program studi kependidikan yaitu prodi PGPJSD SI, yang merupakan prodi yang nantinya akan membentuk calon guru Penjasorkes yang professional.

Program Pengalaman Lapangan yang kami laksanakan di SMP negeri 2 Ungaran diharapkan dapat mengembangkan dan mendapatkan pengalaman baru dalam proses pendidikan terhadap calon-calon tenaga kependidikan. Adapun mata kuliah yang diberikan selama mengikuti perkuliahan di UNNES yang akan diterapkan di lapangan meliputi mata kuliah bidang studi yang berkaitan dengan program jurusan kami dan sesuai dengan bidang studi yang kami ikuti meliputi: Perkembangan Peserta Didik ,Perencanaan Pengajaran, Strategi Belajar Mengajar , dan Evaluasi Pengajaran.

B. Tujuan pendidikan

Adapun tujuan dari kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) progam studi PGPJSD S1 adalah sebagai berikut :

1. Mengenal secara cermat lingkungan, fisik, administratif, akademik dan lingkungan sosial sekolah dasar.
2. Mampu menerapkan berbagai kemampuan keguruan secara utuh dan integrasi dalam situasi nyata di bawah bimbingan para pembimbing.
3. Memberikan pengetahuan dalam merencanakan, melaksanakan pembelajaran yang berkaitan dengan metode dan media yang digunakan.

4. Menguasai berbagai ketrampilan mengajar serta menambah kompleksitas pengalaman mengajar.
5. Mampu menghayati pembelajaran yang dilaksanakan di Sekolah Dasar.

C. Manfaat Kegiatan

Adapun manfaat dari kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) progam studi PGPJSD S1 adalah sebagai berikut :

1. Calon guru menjadi lebih mengetahui berbagai hal yang berkaitan dengan Sekolah Dasar baik itu dalam bidang program belajar mengajar maupun administrasi.
2. Calon guru menjadi lebih mengetahui berbagai hal yang mempengaruhi berlangsungnya proses belajar mengajar.
3. Calon guru menjadi lebih mengetahui karakteristik siswa Sekolah Dasar

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Dasar Pelaksanaan PPL II

Dasar dari pelaksanaan Program pengalaman lapangan II adalah:

1. Undang – Undang :

a. UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional

b. UU No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen

2. Peraturan Pemerintah :

a. No. 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi

b. No. 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan

3. Keputusan Presiden :

a. No. 271 Tahun 1965 tentang Pengesahan Pendirian IKIP Semarang

b. No. 124 /M Tahun 1999 tentang Perubahan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Semarang, Bandung dan Medan menjadi Universitas

c. No. 132 /M Tahun 2006 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Semarang

4. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang

5. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional :

a. Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi

b. Nomor 225/O/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum pendidikan tinggi dan Penilaian Hasil Belajar

c. Nomor 045/U/2002 tentang Kurikulum Inti

d. Nomor 201/O/200

3 tentang Perubahan Kepmendikbud. Nomor 278/O/1999 tentang Organisasi dan Tata Kerja Universitas Negeri Semarang

6. Keputusan Rektor :

a. Nomor 46/O/20001 tentang Jurusan dan Program Studi di Lingkungan Fakultas serta program studi pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Semarang

b. Nomor 162/O/2004 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang

c. Nomor 163/O/2004 tentang Pedoman Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Negeri Semarang

d. Nomor 35/O/2006 tentang Pedoman Praktik Pengalaman Lapangan Bagi Mahasiswa Program Kependidikan Universitas Negeri Semarang

B. Kompetensi guru

Kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru agar para guru professional dalam tugasnya, adalah sebagai berikut : memahami landasan pendidikan yaitu landasan filosofis, sosiologis, cultural, psikologis, ilmiah dan teknologis, memahami wawasan pendidikan, yaitu wawasan tentang asas-asas pendidikan, alliran-aliran pendidikan secara garis besar teori belajar, perkembangan anak didik, tujuan pendidikan nasional, kebijakan-kebijakan pemerintah di bidang pendidikan, menguasai materi pembelajaran, menguasai pengelolaan pembelajaran, menguasai evaluasi pembelajaran, emiliki kepribadian, wawasan profesi dan pengembangannya.

Karakterisik guru yang professional antara lain selalu membuat perencanaan konkrit dan detail untuk dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran, menempatkan siswanya sebagai arsitek pembangunan gagasan dan melayani serta berperan sebagai mitra siswa, bersikap kritis dan berani menolak kehendak yang kurang edukatif, bersikap kreatif dalam membangun dan menghasilkan karya pendidikan sseperti pembuatan alat bantu belajar, analisis materi pembelajaran, penyusunan alat penilaian, dan lainnya.

C. Pengertian kurikulum dan Silabus

Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman peneyelenggaran kegiatan pembelajaran untuk mencapaai tujuan pendidikan tertentu.Berdasarkan Undang - Undang Republik Indonesia Nomer 20 Tahun 2003 (UU 20/2003) tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomer 19 Tahun 2005 (PP 19/2005) tentang Standar Nasional Pendidikan mengamankan kurikulum pada KTSP jenjang pendidikan dasar menengah disusun oleh satuan pendidik dengan mengacu pada SI dan SKL serta berpedoman pada panduan yang disusun oleh Badan Standar Nasional Pendidikan(BSNP). Selain dari itu, penyusunan KTSP juga harus mengikuti ketentuan lain yang menyangkut kurikulum dalam UU 20/2003 dan PP 19/2005.KTSP adalah kurikulum yang meningkatkan kemampuan dan inisiatif sekolah mengembangkan potensi sekolah, daerah, peserta didik, dan sosial budaya setempat.Silabus adalah rencana pembelajaran pada suatu dan atau kelompok mata pelajaran tema tertentu yang mencakup standar kompetensi dan kometensi dasar, materi pokok pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator, penilaian, alokasi waktu, dan sumber belajar, pencapaian kompetensi untuk penilaian.

D. Pembelajaran

Pembelajaran merupkan suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, mengorganisasi dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga siswa dapat melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien serta dengan hasil yang optimal. Dalam pembelajaran terdapat metode pembelajaran yaitu cara yang dilakukan dalam proses pembelajaran sehingga diperoleh hasil yang optimal. Berbagai metode pembelajaran yang ada yaitu:

a. Metode Informatif
b. Metode Latihan
c. Metode Tanya Jawab
d. Metode Karyawisata
e. Metode Demonstrasi
f. Metode Sosiodrama
g. Metode Bermain peran
h. Metode Diskusi
i. Metode Pemberian Tugas dan Resitasi
j. Metode Eksperimen
k. Metode Proyek.

E. Pembelajaran dalam Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Berbagai teori mengenai pembelajaran diperoleh melalui proses perkuliahan.. Dalam pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini berbagai teori yang diperoleh di bangku perkuliahan berusaha diterapkan di SD Negeri Wonosari 02 sebagai tempat latihan. Sehingga guru praktikan mengetahui berbagai hal yang berkaitan dengan proses belajar mengajar yang berlangsung, bukan hanya dalam teori saja. Hal ini bertujuan agar guru praktikan menjadi seorang guru yang professional.

BAB III

PELAKSANAAN

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

A. Waktu

Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan II (PPL II) merupakan kelanjutan dari kegiatan PPL I. Kegiatan PPL II ini dilaksanakan mulai dari tanggal 28 Agustus 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012. Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) ini dilaksanakan pada hari efektif sesuai dengan kalender pendidikan yang berlaku di SDN Wonosari 02. Dalam pelaksanaannya sesuai dengan jurusan yang dimiliki oleh guru praktikan yaitu Pendidikan Guru Sekolah Dasar.

B. Tempat

PPL I dan PPL II dilaksanakan di SD Latihan yang sama yaitu :

1. Nama Sekolah : SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang
2. Alamat : Jalan Raya Mangkang Km.16 Kota Semarang Kode Pos 50168
3. Telepon : 024 8662590

C. Tahapan Kegiatan

Program Praktik Pengalaman Lapangan 2 (PPL 2) terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

1. Pembekalan Mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan (PPL 2) yaitu tanggal 24-26 Juli 2012.
2. Upacara penerjunan di lokasi / sekolah latihan dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2012. Pada kegiatan penerjunan ini dilaksanakan kegiatan sebagai berikut :
   a. Upacara penerjunan di Kampus Universitas Semarang tanggal 30 Juli 2012.
   b. Serah terima mahasiswa guru praktikan di sekolah latihan yaitu SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang pada tanggal 31 Juli 2012.
   c. Observasi guna mengetahui kondisi SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang tanggal 31 Juli sampai 8 Agustus 2012 yang meliputi keadaan fisik, keadaan lingkungan, fasilitas, penggunaan sekolah, keadaan guru dan siswa, interaksi antar semua warga sekolah, pelaksanaan tata tertib bagi semua warga sekolah serta pengelolaan dan administrasi sekolah.

3. Pengajaran terbimbing dilaksanakan pada tanggal 28 Agustus 8 September 2012.
4. Pengajaran Mandiri dilaksanakan pada tanggal 11 September 28 September 2012.
5. Ujian PPL yang dilaksanakan pada tanggal 6 – 8 Oktober 2012
6. Tanggal 20 Oktober 2012 penarikan mahasiswa PPL dari Sekolah Latihan.

D. Materi Kegiatan

1. Pengenalan Kondisi Sekolah Latihan

Pengenalan kondisi sekolah latihan dilaksanakan pada tanggal 31 Juli sampai 8 Agustus 2012. Hal ini dilakukan dengan melakukan observasi terhadap kondisi fisik dan latihan SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang.

2. Observasi Proses Belajar Mengajar

Setelah mengadakan observasi di lapangan guru praktikan mulai melakukan tugas observasi proses belajar mengajar di dalam kelas baik itu kelas tinggi maupun kelas rendah. Pengamatan yang dilakukan meliputi pendekatan, metode, model pembelajaran, dan media yang digunakan guru. Serta karakteristik materi serta siswa dari setiap kelas yang ada. Selanjutnya menjadi pertimbangan guru praktikan dalam pelaksanaan latihan mengajar di SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang.

3. Pengajaran Terbimbing

Pengajaran terbimbing dilaksanakan mulai tanggal 28 Agustus sampai tanggal 8 September 2012. Kegiatan mengajar terbimbing adalah kegiatan latihan mengajar bagi mahasiswa dengan mengajarkan mata pelajaran tertentu pada kelas tertentu dengan mendapatkan bimbingan dari guru kelasnya. Setiap mahasiswa mendapat giliran mengajar terbimbing sebanyak 8x baik di kelas rendah maupun kelas tinggi.

Mahasiswa dibantu oleh guru kelas dan guru pamong yang menjadi tempat berkonsultasi tentang hal-hal yang berhubungan/terkait dengan kegiatan pembelajaran. Mahasiswa juga mendapatkan materi pelajaran yang akan diajarkan dari guru penjasorkes.

Kegiatan penilaian dilakukan oleh guru kelas masing-masing yang telah diberikan kewenangan oleh guru pamong masing-masing mahasiswa. Penilaian menggunakan instrument penilaian yang terdiri dari Instrumen penilaian kompetensi.

4. Pengajaran Mandiri

Pengajaran mandiri dilaksanakan 11 September sampai 28 September 2012. Seperti halnya kegiatan mengajar terbimbing, mahasiswa harus mengajar tetapi jika dalam terbimbing hanya mengajarkan 1 mata pelajaran dalam 1 kali pertemuan pada suatu kelas maka dalam latihan mandiri mahasiswa diberi kesempatan mengajar disuatu kelas penuh 1 hari. Mahasiswa mengajarkan semua mata pelajaran yang sesuai dengan jadwal mata pelajaran yang ada di kelas yang diajarnya tersebut.

Dalam kegiatan mengajar mandiri mahasiswa tidak dilepaskan seutuhnya, mahasiswa masih mendapat bimbingan seperti halnya pada waktu latihan terbimbing. Mahasiswa diharapkan dalam pelaksanaan latihan mandiri dan terbimbing dapat menemukan masalah pembelajaran yang terjadi dalam kelas yang diajarnya. Sehingga permasalahan tersebut bisa dijadikan sebagai bahan Penelitian Tindakan Kelas yang nantinya akan dijadikan sumber dalam penulisan Skripsi.

Kegiatan penilaian dilakukan oleh guru kelas masing-masing yang telah diberikan kewenangan oleh guru pamong masing-masing mahasiswa. Penilaian menggunakan instrument penilaian yang terdiri dari Instrumen penilaian kompetensi.

5. Ujian

Kegiatan ujian dilaksanakan tanggal 4 Oktober 2012. Penilaian dilakukan oleh guru pamong dan dosen pembimbing dengan menggunakan instrument penilaian yang terdiri dari Instrumen penilaian kompetensi.

Administrasi PPL dilaksanakan pada tanggal 9 – 10 Oktober 2012. Dimana mahasiswa PPL harus melaporkan hasil PPL II yang sudah dilaksanakan di SD Latihan.

E. Proses Pembimbingan

1. Pembimbingan oleh Guru Pamong

Proses bimbingan oleh guru pamong dimulai sebelum pelaksanaan latihan mengajar dilakukan oleh guru praktikan. Guru praktikan diberikan bimbingan mengenai pembelajaran yang akan dilakukan. Dalam pengajaran terbimbing, guru praktikan sudah mendapat tugas untuk mengajar dan guru pamong mengawasi dari belakang. Selesai pengajaran terbimbing, guru praktikan mendapat pengarahan dari guru pamong mengenai proses belajar mengajar yang telah dilakukan agar dapat diperbaiki pada kesempatan selanjutnya. Setelah pelaksanaan pengajaran terbimbing dilanjutkan dengan pengajaran mandiri. Dalam pengajaran mandiri,

guru pamong telah sepenuhnya menyerahkan seluruh kegiatan belajar-mengajar kepada guru praktikan. Selama pengajaran mandiri guru pamong hanya memantau dari jauh bersama dengan dosen pembimbing.

2. Pembimbingan oleh Dosen Pembimbing

Proses bimbingan yang dilakukan oleh dosen pembimbing sama halnya dengan guru pamong. Dalam pelaksanaan pembelajaran terbimbing, dosen pembimbing mengawasi guru praktikan dalam mengajar di kelasnya. Setelah pembelajaran selesai dosen pembimbing memberikan arahan pada guru praktikan agar dalam pembelajaran selanjutnya menjadi lebih baik. Dalam pelaksanaan pembelajaran mandiri, dosen pembimbing hanya memantau guru praktikan bersama guru pamong dari jauh, tidak mengawasi jalanya pembelajaran di dalam kelas.

F. Faktor Penghambat dan Pendukung PPL

1. Faktor Penghambat
   a. Libur Idul fitri yang membuat kegiatan pembelajaran terhenti selama 2minggu.
   b. Kurangnya ruangan kelas sehingga kelas 2 harus masuk siang bergiliran ruang kelas dengan siswa kelas 1
   c. Banyak peralatan olahrga yang sudah rusak
2. Faktor Pendukung
   a. Kepala sekolah dan guru yang sangat baik dan yang membantu mahasiswa dalam kegiatan PPL
   b. Guru tidak segan-segan memberikan bimbingan dan memberikan teguran jika ada mahasiswa yang melakukan kesalahan
   c. Guru memberikan masukan-masukan yang bersifat membangun yang dapat dijadikan pelajaran dan perbaikan bagi mahasiswa
   d. Siswa SD Negeri Wonosari 02 Kota Semarang yang menyambut dengan baik mahasiswa PGSD
   e. Penjaga Sekolah yang ikut berperan dalam melancarkan kegiatan PPL

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

PPL (praktek Pengalaman Lapangan) merupakan mata kuliah praktek yang sangat penting dan bermanfaat bagi mahasiswa PGPJSD yang merupakan calon guru penjas SD. Kegiatan PPL yang dilaksanakan di SDN Wonosari 02 berguna sebagai bekal untuk calon guru jika nantinya akan terjun ke lapangan. Dengan adanya kegiatan PPL mahasiswa dapat mengerti kondisi di sekolah dasar yang bersangkutan, sehingga nantinya jika para guru praktikan sudah terjun ke lapangan dapat menjadi guru yang profesional.

B. Saran

1. Sebaiknya mahasiswa calon guru praktikan lebih meningkatkan profesionalitasnya, sehingga nantinya dapat menjadi guru yang profesional.
2. Mahasiswa praktikan lebih meningkatkan kemampuan dalam bidang peadegogis, agar nantinya dapat menjadi guru yang profesional.
3. Mahasiswa praktikan diberikan bekal yang cukup sehingga praktik pengalaman lapangan dapat berjalan lebih baik.

REFLEKSI DIRI

Puji syukur praktikan panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat, taufik, serta hidayah-Nya, sehingga praktikan berhasil menyelesaikan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) I di SD Negeri Wonosari 02 dengan baik dan memberikan kesan yang tidak terlupakan bagi praktikan.

Praktek Pengalaman Lapangan II (PPL II) merupakan kegiatan kurikuler sebagai pelatihan untuk menerapkan teori-teori yang telah di peroleh di bangku kuliah sesuai dengan persyaratan yang telah di tetapkan untuk memperoleh pengalaman dan ketrampilan lapangan dalam penyelenggarakan pendidikan dan pengajaran disekolah atau di tempat latihan lainnya.

Dalam kegiatan PPL II, praktikan di berikan seluas-luasnya oleh pihak sekolah untuk menggali pengetahuan yang berkaitan dengan administrasi sekolah atau pun aktualis Belajar dan Mengajar Kegiatan (KBM) di lapangan khususnya pmbelajaran Penjasorkes. Adapun pelaksanaan pada tanggal 30 Juli sampai 20 Oktober 2012 di mana pelaksanaannya, praktikan melakukan kegiatan belajar mengajar disekolah. Berikut ini adalah beberapa kesimpulan yang di dapat setelah melakukan PPL II :

A. Kekuatan Dan Kelemahan Pembelajaran Penjasorkes

Pendidikan jasmani disamping untuk meningkatkan kesehatan tubuh juga merupakan pendidikan yang merangsang pengembangan personality anak didik (pengembangan kognitif, afektif, psikomotorik dan social emosional). Tujuan ini akan dapat tercapai bila pembelajaran penjas orkes di sekolah dilaksanakan dengan pembelajaran yang efektif. Disamping itu juga segala tugas gerak yang diberikan pada mereka dapat dilaksanakan sesuai dengan motivasi yang tinggi. Meski dalam penjasorkes ini lebih banyak dalam kegiatan yang mengutamakan ketrampilan gerak. Dalam penjasorkes juga memiliki pembelajaran yang mengandung nilai kedisiplinan, tanggung jawab, toleransi, kerjasama, dan meyangkut pembelajaran mata pelajaran lainnya (tematik) dan lain-lain.

Kelemahan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dalam hal ini dikarenakan banyak sisiwa yang menganggap bahwa pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang sangat melelahkan dan kurang sadarnya terhadap pentingnya pendidikan jasmani bagi kesehatan dan keseimbangan tubuh. Disampig itu masih ada guru penjas ysng diisi dengan guru mata pelajaran lainnya, misalnya guru agama menjadi guru penjas, dan pandangan guru yang menganggap pembelajaran penjas tidak bisa berjalan maksimal apabila sarana

dan prasarana tidak mendukug. Padahal guru penjas dituntut harus profesional dan kreaktif.

B. Ketersedian Sarana Dan Prasarana

Sarana dan prasarana di SD Negeri Wonosari 02 dapat dikatakan sudah baik. Hal ini dapat dilihat dengan adanya sarana dan prasarana seperti adanya gedung, ruang kantor, perpustakaaan, ruang kelas, ruang kantor, ruang kantor guru, ruang UKS, lapangan bulutangkis, lapangan sepak takraw, cone, sinpai, kardus lompat, bola basket, bola voli, laboratorium computer, kantin, kamar mandi dan wc, dan halaman sekolah yang luas dan peralatan penjas yang cukup untuk melakukan proses pembelajaran penjasorkes. Dengan ketersediaan sarana dan prasarana yang ada maka dalam proses pembelajaran penjasorkes disekolah bisa berjalan dengan lebih baik.

C. Kualitas Guru Pamong Dan Dosen Pembimbing

Guru pamong penjas yaitu bapak Stentiningrum A.Ma.PD. merupakan seorang guru yang selalu disiplin dan berpenampilan rapi, dan guru yang patut di contoh oleh praktikan. Sebagai guru pamong beliau aktif baik dalam mengawasi proses pembelajaran yang praktikan lakukan, memberikan evaluasi terhadap pembelajaran praktikan maupun memberikan masukan kepada praktikan. Selain itu beliau juga melibatkan mahasiswa praktikan dalam kegiatan.

Dosen pembimbing bapak Agus Widodo Suripto, S.Pd, M.Pd dalam PPL II banyak membantu dan memberikan banyak masukan dan evaluasi dalam kegiatan belajar mengajar. Beliau juga sering memberikan motivasi kepada praktikan untuk tetap terus belajar demi mewujudkan pembelajaran yang lebih baik lagi.

D. Kualitas Pembelajaran Disekolah Latihan

Kualitas pembelajaran di SD Negeri Wonosari 02 dapat dikatakan baik, ini dilihat dari perolehan Akreditasi sekolah A, dan banyak mendapatkan juara dalam kegiatan POPDA atau lomba-lomba yang diadakan oleh dinas pendidikan. Sehingga praktikan bisa memperoleh ilmu dan pengalaman yang baik juga, hal ini bisa menjadi bekal untuk nantinya , walaupun masih ada siswa yang belum begitu merespon betapa pentingnya olahraga, tetapi dengan berbagai penggunaan sarana prasarana serta media yang beragam dan menarik siswa makin menyukai pembelajaran karena tidak merasa bosan dan proses pembelajaranpun berjalan lancar.

E. Kemampuan Diri Praktikan

Dari hal ini penulis menyadari bahwa masih banyak hal yang harus penulis pelajari agar dalam hal melakukan proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Penulis juga membutuhkan bimbingan dari berbagai pihak yang terlibat dalam kegiatan belajar mengajar. Selain itu menjaga hubungan baik dengan kepala sekolah, antar sesama guru, karyawan dan bahkan dengan siswa juga perlu dibina dengan baik.

Praktikan di bangku kuliah telah menempuh 110 sks dan mengikuti mata kuliah MKDU (mata kuliah dasar umum) dan MKDK (mata kuliah dasar kependidikan). Selain itu praktikan juga telah melaksanakan *microteaching* dan pembekalan PPL. Meskipun telah mendapat bekal yang cukup, praktikan merasa masih harus banyak belajar dan yang terpenting adalah tahu bagaimana menerapkan apa yang telah dipelajari dan didapatkan untuk membantu siswa dalam belajar hidup sehat dengan berolahraga secara benar dan teratur sesuai dengan teori olahraga yang benar,terlebih dalam mata pelajaran yang praktikan tempuh sangat kompleks dimana semua unsur ilmu masuk dalam pelajaran Pendidikan Jasmani, dari PPL ini praktikan semakin memahami apa yang harus kami berikan kepada siswa agar siswa dapat menyukai pelajaran Pendidkan Jasmani,dan menjadikan siswa gemar berolahraga.

Demi tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, bekal yang harus dimiliki praktikan saat ini adalah kesiapan diri dalam memberikan dan menyampaikan materi serta dibutuhkan beberapa pengetahuan yang harus dikuasai oleh seorang guru pendidikan jasmani, diantaranya adalah pengetahuan terhadap perbedaan kemampuan dan karakteristik anak didik yang unik, artinya guru sangat mengetahui tentang tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak, mengerti perbedaan kemampuan setiap anak, terutama urutan tingkat hirarki belajar gerak anak. Pengetahuan lain adalah menguasai ketrampilan gerak dengan baik yang dimulai dari gerakan yang elementer atau dasar sampai pada pada gerakan yang fundamental, spesifikasi dan spesialisasi (materi ajar yang sesuai untuk setiap tingkat anak didik).

Pengetahuan yang tidak dapat ditinggalkan adalah berupa strategi pembelajaran dengan menggunakan metode yang tepat dan sesuai dengan karakteristik anak dan materi ajar yang akan diberikan, yaitu metode penjelajahan dan penemuan (exploration dan discovery). Praktikan yang sebelumnya sudah mendapatkan ilmu selama kuliah dalam bentuk teori-teori maupun praktek pembelajaran, berusaha seoptimal mungkin

menerapkannya di sekolah latihan. Praktikan yang berusaha menyesuaikan diri dengan memahami pembelajaran yang dilakukan oleh guru pamong, dan mencoba untuk mengaktualisasikan diri dalam pembelajaran dengan bimbingan dari guru pamong dan arahan dari dosen pembimbing.

F. Nilai Tambah Yang Diperoleh Mahasiswa Setelah Melakukan PPL 2

Setelah melaksanakan PPL I dan II, praktikan merasakan besarnya manfaat yang didapatkan. Praktikan dapat mengetahui cara-cara mengajar dan mengenal perangkat pembelajaran khususnya mata pelajaran pendidikan Jasmani. Selain itu praktikan juga mengetahui berbagai karakter siswa-siswi baik pada saat KBM dikelas ataupun saat KBM dilapangan tempat praktikan melakukan observasi. Dari kegiatan PPL I ini memacu praktikan untuk mempersiapkan diri lebih baik untuk melaksanakan kegiatan PPL II. Ada banyak hal yang praktikan peroleh sebagai masukan, motivasi dan nilai tambah lainnya dari pengalaman PPL ini. Praktikan menyadari apa yang diperoleh dan dipelajari dibangku kuliah tidaklah sama dengan realitas lapangan. Hal inilah yang memotivasi praktikan untuk dapat lebih banyak belajar. Praktikan juga dapat lebih mengerti mengenai peran dan tugas dari personal yang ada di sekolah dan cara bersosialisasi dengan warga sekolah. Juga bagus untuk membantu mahasiswa praktikan dalam menentukan sikap dan mengambil tindakan yang tepat dalam pelaksanaan PPL 2.

G. Saran Pengembang Bagi Sekolah Latihan Dan Unnes

Secara umum keadaan sekolah baik dalam proses belajar mengajar dapat dikatakan baik. Namun ada beberapa hal yang perlu dibenahi terutama mengenai sarana dan prasarana khususnya untuk pembelajaran penjas lebih ditingkatkan sehingga proses belajar mengajar terlaksana dengan baik dan lebih maksimal. Untuk pihak UNNES haruslah senantiasa mengadakan kerjasama yang baik dengan pihak terkait untuk menunjang kegiatan PPL, sehingga mahasiswa dapat mengembangkan dirinya. Dan pihak terkaitpun tidak merasa dirugikan, tingkatkan proses perkuliahan agar lebih maju lagi.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Kegiatan Mahasiswa PPL

Lampiran 2 Jadwal Kegiatan

a. Mengajar terbimbing
b. Mengajar mandiri
c. Mengajar ujian

Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

a. RPP mengajar terbimbing
b. RPP mengajar mandiri
c. RPP ujian

Lampiran 4 Presensi

a. Daftar hadir dosen
b. Daftar hadir mahasiswa

Lampiran 5 Kartu Bimbingan Mengajar

Lampiran 1

RENCANA KEGIATAN MAHASISWA PPL

DI SEKOLAH /TEMPAT LATIHAN

Nama : Heri Siswanto

NIM : 6102409014

JurusanProdi/Fakultas : PGPJSD/S1/FIK

Sekolah/tempat latihan : SD Negeri Wonosari 02

Minggu ke-	Hari, tanggal	Kegiatan
1	Senin, 27 Agustus 2012	- Halal bihalal di SD dan tempat bu Stentiningrum
	Selasa, 28 Agustus 2012	- Mengajar terbimbing kelas V A
	Rabu, 29 Agustus 2012	- Mengajar terbimbing kelas III B
	Kamis, 30 Agustus 2012	- Mengajar terbimbing di kelas IV A
	Jumat, 31 Agustus 2012	- Mengajar terbimbing kelas II B
	Sabtu, 1 September 2012	- Senam pagi
	Minggu, 2 September 2012	
2	Senin, 3 September 2012	- Upacara Bendera
	Selasa, 4 September 2012	- Mengajar terbimbing kelas V B
	Rabu,5 September 2012	- Mengajar terbimbing kelas III A
	Kamis, 6 September 2012	- Mengajar terbimbing kelas IV B
	Jumat, 7 September 2012	- Mengajar terbimbing kelas II A - Pramuka
	Sabtu, 8 September 2012	- Senam Pagi - Latihan upacara
	Minggu, 9 September 2012	
3	Senin, 10 September 2012	- Upacara bendera
	Selasa, 11 September 2012	- Mengajar mandiri kelas V A
	Rabu, 12 September 2012	- Menilai buku tugas siswa
	Kamis, 13 September 2012	- Mengajar mandiri kelas IV A

	Jumat, 14 September 2012	- Mengajar mandiri kelas II B - Pramuka
	Sabtu, 15 September 2012	- Senam pagi - Menilai buku tugas siswa - Mengukur berat badan dan tinggi badan siswa kelas I-VI - Latihan upacara
	Minggu, 16 September 2012	
4	Senin, 17 September 2012	- Upacara bendera
	Selasa, 18 September 2012	- Mengajar mandiri kelas V B
	Rabu, 19 September 2012	- Mengajar mandiri kelas III A
	Kamis, 20 September 2012	- Menilai buku tugas siswa
	Jumat, 21 September 2012	- Mengajar mandiri kelas II A - Pramuka
	Sabtu, 22 September 2012	- Senam pagi - Cek kuku dan potong kuku kelas I A - Latihan upacara
	Minggu, 23 September 2012	
5	Senin, 24 September 2012	- Upacara bendera
	Selasa, 25 September 2012	- Mengajar mandiri kelas V B
	Rabu, 26 September 2012	- Mengajar mandiri kelas III B
	Kamis, 27 September 2012	- Menilai buku tugas siswa
	Jumat, 28 September 2012	- Mengajar mandiri kelas II B - Pramuka
	Sabtu, 29 September 2012	- Senam pagi - Mengajar kelas I B - Latihan upacara
	Minggu, 30 September 2012	
6	Senin, 1 Oktober 2012	- Upacara Kesaktian Pancasila - Membuat naskah drama untuk siaran RRI
	Selasa, 2 Oktober 2012	- Melatih siswa untuk bermain drama - Latihan Mars Wonosari 02 untuk siswa kelas V dan VI
	Rabu, 3 Oktober 2012	- Melatih siswa untuk bermain drama - Latihan Mars Wonosari 02 untuk siswa kelas V dan VI - Membuat jadwal ujian PPL
	Kamis, 4 Oktober 2012	- Ujian PPL kelas IV B
	Jumat, 5 Oktober 2012	- Mengajar kelas II B

	Sabtu, 6 Oktober 2012	- Mengajar kelas I B
	Minggu, 7 Oktober 2012	
7	Senin, 8 Oktober 2012	- Upacara Bendera - Mengantarkan siswa ke SD Wonosari 03 untuk latihan terpadu siaran RRI - Menyusun Laporan PPL 2
	Selasa, 9 Oktober 2012	- Menyusun Laporan PPL 2
	Rabu, 10 Oktober 2012	- Mengupload Laporan PPL 2
	Kamis, 11 Oktober 2012	- Membuat susunan acara perpisahan - Persiapan doorprize
	Jumat, 12 Oktober 2012	
	Sabtu, 13 Oktober 2012	
	Minggu, 14 Oktober 2012	
8	Senin, 15 Oktober 2012	- Perencanaan acara perpisahan
	Selasa, 16 Oktober 2012	
	Rabu, 17 Oktober 2012	
	Kamis, 18 Oktober 2012	
	Jumat, 19 Oktober 2012	- Senam pagi - Jalan sehat
	Sabtu, 20 Oktober 2012	- Acara pentas seni dan perpisahan - Penarikan PPL

Lampiran 2

Jadwal Mengajar Terbimbing

SD Negeri Wonosari 02

No	Nama Mahasiswa	Minggu pertama						Minggu kedua					
		Senin 27/8	Selasa 28/8	Rabu 29/8	Kamis 30/8	Jumat 31/8	Sabtu 1/9	Senin 3/9	Selasa 4/9	Rabu 5/9	Kamis 6/9	Jumat 7/9	Sabtu 8/9
1.	Heri Siswanto		V A	III B	IV A	II B			V B	III A	IV B	II A	

JADWAL MENGAJAR MANDIRI

SD NEGERI WONOSARI 2 TAHUN PELAJARAN 2012/2013

No	Nama Mahasiswa	Minggu Kedua Bulan September					Minggu Ketiga Bulan September					
		Selasa 11/9	Rabu 12/9	Kamis 13/9	Jumat 14/9	Sabtu 15/9	Senin 17/9	Selasa 18/9	Rabu 19/9	Kamis 20/9	Jumat 21/9	Sabtu 22/9
1	Wahyu Priyandono			**V B**		**II B**	**II A**		**IV A**		**V A**	
2	Lutfi Maulina			**IV B**		**III B**	**III A**		**V A**			**II A**
3	Musfiratun Bana			III B		IV B	IV A		III A	II B		V B
4	Muhammad Arif Ikhwanuddin			**IV A**		**V A**	**III B**		**II B**		**III A**	
5	Lidwina Ratih Nurmiyanti		**V A**			**II A**	**II B**	**III A**		**III B**		**IV B**
6	Fenti Mulyani Rahmawati		**II B**		**IV A**			**IV B**		**V B**		**V A**
7	Nurul Sholihah Wahyu Hidayati		**II A**		**III A**			**V B**		**IV B**	**IV A**	
8	Adik Rian Saputra		**III A**		**V B**			**II A**		**V A**		**III B**
9	Heri Siswanto	**V A**		**IV A**	**II B**			**V B**	**III A**		**II A**	
10	Fathul Aziz Shofi	**V B**		**IV B**	**II A**			**V A**	**III B**		**II B**	

No	Nama Mahasiswa	Minggu Keempat (September)						Minggu pertama (Oktober)					
		Senin 24/9	Selasa 25/9	Rabu 26/9	Kamis 27/9	Jumat 28/9	Sabtu 29/9	Senin 1/10	Selasa 2/10	Rabu 3/10	Kamis 4/10	Jumat 5/10	Sabtu 6/10
1	Wahyu Priyandono	II B		IV A			**Pembuatan Laporan PPL 2**						
2	Lutfi Maulina	IV B		II A									
3	Musfiratun Bana	III A		V B									
4	Muhammad Arif Ikhwanuddin	V B		III A									
5	Lidwina Ratih Nurmiyanti		III B		V A								
6	Fenti Mulyani Rahmawati		V A		III B								
7	Nurul Sholihah Wahyu Hidayati		IV A		II B								
8	Adik Rian Saputra		II B		IV B								
9	Heri Siswanto		V B	III B		II B							
10	Fathul Aziz Shofi		V A	III A		II A							

Jadwal Ujian PPL 2

Nama / NIM	Hari	Tanggal	Kelas	Mata Pelajaran
Heri Siswanto / 6102409014	**Kamis**	**4 oktober 2012**	**IV B**	**Penjasorkes**

Lampiran 3

a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mengajar Terbimbing

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SD Negeri Wonosari 2
Kelas / semester	: V (lima) / 1 (satu)
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Ruang Lingkup/ Aspek	: gerak dasar sederhana
Alokasi Waktu	: 4x35 menit
Hari / tanggal	: selasa / 28 agustus 2012

- **Standard Kompetensi**

  1. Mempraktikan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodivikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

- **Kompetensi Dasar**

  1.1 Mempraktikan variasi gerak dasar ke dalam modivikasi permainan bola kecil , serta nilai kerjasama, sportif dan kejujuran **)

- **Indikator**

  Kognitif

  - Menjelaskan cara berjalan, berlari, lompat, lempar dan tangkap
  - Menjelaskan urutan gerakan jalan, lari lompat, lempar dan tangkap.

  Proses :

  - Menyelidiki pengaruh gerakan jalan, lari, lompat lempar dan tangkap terhadap tubuh.

  Psikomotor :

  - Mempraktikkan cara berjalan dengan benar.
  - Mempraktikkan gerakan berlari dengan benar.

- Mempraktikkan gerakan melompat dengan benar.
- Mempraktikkan gerakan melempar dengan benar
- Mempraktikkan gerakan menangkap dengan benar.

Afektif :

- Kerjasama
- Jujur
- sportif

Keterampilan sosial

- Kerjasama dan menghargai teman dan lawan
- Berkomunikasi dengan teman

- **Tujuan Pembelajaran**

Kognitif

Produk

Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) cara berjalan, lari, lompat lempar dan tangkap.

Proses

Diberikan gerakan jalan, lari, lompat lempar dan tangkap, serta pengaruhnya terhadap tubuh.

Psikomotor

- Siswa dapat mempraktikkan cara berjalan dengan benar.
- Siswa dapat Mempraktikkan gerakan lari.
- Siswa dapat Mempraktikkan gerakan melompat.
- Siswa dapat mempraktikan gerakan melempar
- Siswa dapat mempraktikkan gerakan menangkap

Afektif

Perilaku berkarakter

- Pada saat mengikuti pelajaran siswa mampu bekerjasama dan menghargai teman dan lawan
- Siswa dapat Berkomunikasi dengan teman

- Menjadi pendengar yang baik, Berani bertanya atau berpendapat
- Pecaya diri dalam melakukan gerakan
- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin.

Keterampilan sosial

- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan rekan satu kelompoknya.
- Saling menghargai kepada teman atau lawan.

Materi pengajaran

Mempraktaikkan gerak dasar jalan, lari, lompat lempar dan tangkap dalam permainan sederhana.

Metode pembelajaran

- Model pembelajaran

  Model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung.

  Guru mendemonstrasikan gerakan kemudian siswa melakukan gerakan secara bersama dengan kelompoknya.
- Metode pembelajaran

  Praktek langsung, pemberian tugas, memberikan timbal balik.

Bahan dan Alat

- Perangkat pembelajaran (Silabus, RPP, Presensi dan Penilaian)
- Peralatan (Peralatan dan tata letak alat dan Lapangan/ tempat dalam keadaan siap dipakai)

Langkah-langkah pembelajaran

- Persiapan guru penjasorkes sebelum pengajaran,
- Menyiapkan perangkat (silabus, RPP, lembar presensi dan lembar penilaian),
- Menyiapkan peralatan.

Kegiatan awal pembelajaran; 15 menit

- Mengecek kehadiran siswa, berdoa dan presensi
- Apresepsi
- Menyampaikan ruang lingkup materi

Pemanasan; 10 menit

Pemanasan dengan menggunakan permainan jalan sambil bernyanyi dan lopat.

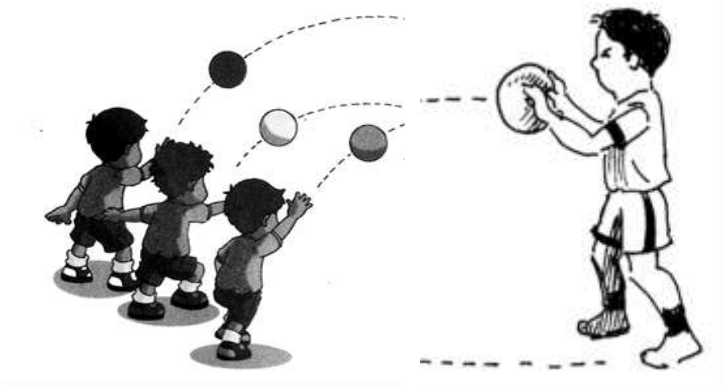
Kegiatan inti pembelajaran; 60 menit

Eksplorasi

- Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
- Guru membimbing dan memberikan contoh latihan-latihan yang akan dilakukan.

Elaborasi

- Menjelaskan dan mendemonstrasikan rangkaian gerak sederhana ke dalam permainan sederhana.



Konfirmasi

- Mengevaluasi gerakan-gerakan siswa.
- Melakukan pengamatan.
- Memberikan penghargaan kepada siswa

Kegiatan akhir pembelajaran; 30 menit

- Pendingingan

  Guru memberikan penguluran otot, siswa melakukan dengan sungguh-sungguh.
- Refleksi

  Pengamatan belajar siswa
- Koreksi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan sikap dan keterampilan)
- Tindak lanjut pemberian tugas.

Menutup pembelajar; 5 menit

- Menghitung jumlah siswa dan berdoa.

Alat dan Sumber bahan

1. Alat : Pluit, cone, bola, lingkaran kecil

2. Sumber belajar :
   - Buku penjasorkes kelas 5 SD, Penerbit Pusat Pembukuan Kementerian Pendidikan Nasional

Penilaian

1. Tes objektif secara tertulis

Lembar kerja

Soal Pilihan Ganda

1. Saat melakukan tolakan untuk melompat menggunakan kaki?
   a. Kaki kanan
   b. Kaki kiri
   c. Kaki terkuat
   d. Kedua kaki
2. Pada saat melempar bola pandangan menghadap ke?
   a. Sasaran lemparan
   b. Menghadap ke atas
   c. Menghadap ke samping
   d. bola
3. Pandangan saat menangkap bola adalah ?
   a. Melihat kearah bola
   b. Melihat ke atas
   c. Melihat kea rah teman
   d. Melihat ke bawah
4. Gerakan melompat melatih otot?
   a. kaki
   b. tangan
   c. leher
   d. perut
5. Permainan beregu bagus untuk melatih?

a. Egoisme
b. Lari
c. jalan
d. kerjasama

Esay

1. Latihan melempar dapat melatih otot…
2. Saat mendarat dari lompatan kaki tumpuan harus….
3. Kunci utama dalam menjalin kerjasama dalam satu tim adalah…
4. Gerakan tangan saat melempar bola setelah bola terlepas dari tangan adalah….
5. Tugas wasit dalam pertandingan adalah….

Kunci jawaban

Pilihan ganda

1. c
2. a
3. a
4. a
5. d

Esay

1. Otot tangan.
2. Lentur/mengeper.
3. komunikasi
4. melanjutkan gerakan.
5. Sebagai pengadil jalannya pertandingan.

2. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Rubrik Penilaian

No	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian	
		Bentuk instrument	Contoh instrument

1.	Gerakan dasar lokomotor	tes keterampilan	Melakukan gerakan jalan, lari dan lompat. Melakukan kombinasi gerak dasar jalan, lari dan lompat dalam permainan sederhana.

Format Kriteria Penilaian

No	Aspek penilaian praktik	Skor
1.	Gerakan sempurna	**80-100**
2.	Kurang sempurna	**70-79**
3.	Tidak sempurna	**50-69**

Lembar Penilaian Psikomotor

No	Nama	Gerakan	Nilai
1	Hulian Faristian		
2	Idha Riski Margaretta		
3	Indah Puspitasari		
4	Indrakila Prabowo		
5	Ira Devi Kurniawati		
6	Jihar Catur Wicaksono		
7	Muhammad Syahrul adzim		
8	Muhammad Miqdam A..		
9	Nurul Latifatus S.		
10	Putri Permata Sari		
11	Renaldi Khrisna Putra		
12	Riski Putri Miranto		
13	Salma Adilah		
14	Salwa Gia Putri		
15	Sandi Hakim Adhiguna		

16	Santi Kumala Sari		
17	Sekar Wati		
18	Shafa Gladya Amanda		
19	Shinta Ayuning Pradhita		
20	Singgih Anggoro		
21	Sintia Dewi Yuliani		
22	Tri Aldi Saputra		
23	Tri Mariana		
24	Vania Dahayu C.		
25	Wistianto		
26	Yunia Nurul Nadifah		
27	Andi Putri Varell		
28	Soma Karin		
29	Carmelita		

3. Pengamatan sikap

Penilaian afektif

No	Nama	Aspek penilaian	nilai
1	Hulian Faristian		
2	Idha Riski Margaretta		
3	Indah Puspitasari		
4	Indrakila Prabowo		
5	Ira Devi Kurniawati		
6	Jihar Catur Wicaksono		
7	Muhammad Syahrul adzim		
8	Muhammad Miqdam A..		
9	Nurul Latifatus S.		
10	Putri Permata Sari		
11	Renaldi Khrisna Putra		
12	Riski Putri Miranto		
13	Salma Adilah		

14	Salwa Gia Putri		
15	Sandi Hakim Adhiguna		
16	Santi Kumala Sari		
17	Sekar Wati		
18	Shafa Gladya Amanda		
19	Shinta Ayuning Pradhita		
20	Singgih Anggoro		
21	Sintia Dewi Yuliani		
22	Tri Aldi Saputra		
23	Tri Mariana		
24	Vania Dahayu C.		
25	Wistianto		
26	Yunia Nurul Nadifah		
27	Andi Putri Varell		
28	Soma Karin		
29	Carmelita		

Guru Pamong SDN Wonosari 2 **Praktikan**

(Stentiningrum, A.Ma.Pd) **(Heri Siswanto)**

NIP.19610226 198405 2 001 **NIM. 6102409014**

Mengetahui

Kepala Sekolah

(Achlani, S.Pd.I)

NIP. 19531010 197802 1 007

b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mengajar Mandiri

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SD Negeri Wonosari 2
Kelas / semester	: V (lima) / 1 (satu)
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Ruang Lingkup/ Aspek	: aktivitas otot-otot bagian atas tubuh
Alokasi Waktu	: 4x35 menit
Hari/ Tanggal	: Selasa/ 25 September 2012

- **Standard Kompetensi**

  2. Mempraktikan kemampuan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

- **Kompetensi Dasar**

  2.1 mempraktikan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian atas, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama dan kejujuran.

- **Indikator**

  Kognitif

  - Menjelaskan bagian tubuh yang termasuk anggota bagian atas
  - Menjelaskan cara melakukan push-up
  - Menjelaskan cara melakukan sit-up

  Proses :

  - Menyelidiki pengaruh gerakan push-up dan sit-up terhadap tubuh.

  Psikomotor :

  - Melakukan gerakan push-up
  - Melakukan gerakan sit-up

  Afektif :

  - Kerja keras

- Disiplin
- kerjasama
- kejujuran

Keterampilan sosial

- Kerjasama dan menghargai teman dan lawan
- Jujur dan mampu menerima keputusan wasit

- **Tujuan Pembelajaran**

Kognitif

Produk

Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) cara melakukan push-up dan sit-up.

Proses

Diberikan gerakan push-up dan sit-up serta pengaruhnya terhadap tubuh.

Psikomotor

- Siswa dapat melakukan gerakan push-up
- Siswa dapat melakukan gerakan sit-up.

Afektif

Perilaku berkarakter

- Pada saat mengikuti pelajaran siswa mampu bekerjasama dan menghargai teman dan lawan
- Mampu bekerjasama dan dapat Berkomunikasi dengan teman
- Siswa mau bekerja keras demi mencapai tujuan.
- Pecaya diri dalam melakukan gerakan push-up dan sit-up.

Keterampilan sosial

- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan rekan satu kelompoknya.
- Saling menghargai kepada teman atau lawan.

Materi pengajaran

Melakukan aktivitas untuk melatih otot tubuh bagian atas.

Metode pembelajaran

- Model pembelajaran

  Model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung.

  Guru mendemonstrasikan gerakan push-up dan sit-up kemudian siswa melakukan gerakan push-up dan sit-up secara bersama dengan kelompoknya.
- Metode pembelajaran

  Praktek langsung, pemberian tugas, memberikan timbal balik.

Bahan dan Alat

- Perangkat pembelajaran (Silabus, RPP, Presensi dan Penilaian)
- Peralatan (Peralatan dan tata letak alat dan Lapangan/ tempat dalam keadaan siap dipakai)

Langkah-langkah pembelajaran

- Persiapan guru penjasorkes sebelum pengajaran,
- Menyiapkan perangkat (silabus, RPP, lembar presensi dan lembar penilaian),
- Menyiapkan peralatan.

Kegiatan awal pembelajaran; 15 menit

- Mengecek kehadiran siswa, berdoa dan presensi
- Apresepsi
- Menyampaikan ruang lingkup materi

Pemanasan; 20 menit

Pemanasan dengan menggunakan permainan lempar sasaran dan lempar pantul.

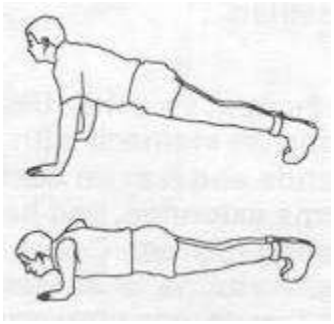
Kegiatan inti pembelajaran; 50 menit

Eksplorasi

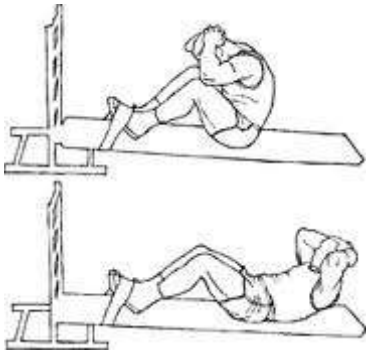
- Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
- Guru mebimbing dan memberikan contoh latihan push-up dan sit-up

Elaborasi

- Mendemonstrasikan gerakan push-up



- Mendemonstrasikan gerakan sit-up



Konfirmasi

- Mengevaluasi gerakan-gerakan siswa.
- Melakukan pengamatan.
- Memberikan penghargaan kepada siswa

Kegiatan akhir pembelajaran; 30 menit

- Pendingingan

  Guru memberikan penguluran otot, siswa melakukan dengan sungguh-sungguh.
- Refleksi

  Pengamatan belajar siswa

- Koreksi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan sikap dan keterampilan)
- Tindak lanjut pemberian tugas.

Menutup pembelajar; 5 menit

- Menghitung jumlah siswa dan berdoa.

Alat dan Sumber bahan

3. Alat : Pluit, cone, bola tangan, bola tennis
4. Sumber belajar :
   - Buku penjasorkes kelas 5 SD, Penerbit Pusat Pembukuan Kementerian Pendidikan Nasional

Penilaian

4. Tes objektif secara tertulis

Lembar kerja

Soal Pilihan Ganda

6. Gerakan Sit-up bagus untuk melatih otot….
   e. Leher
   f. Tangan
   g. Perut
   h. Kaki
7. Sikap tangan saat melakukan sit-up dibelakang kepala berfungsi untuk . . .
   e. Melatih keseimbangan
   f. Melindungi tempurung kepala
   g. Menambah Kecepatan sit-up
   h. Agar enak dilihat
8. Posisi tangan saat melakukan push-up…
   e. Sejajar bahu
   f. lebar

g. sempit
h. satu didepan

9. pandangan saat melakukan push-up adalah…
   e. kesamping
   f. keatas
   g. kebawah
   h. kedepan
10. perut termasuk tubuh bagian?
   e. atas
   f. bawah
   g. samping
   h. luar tubuh

Esay

6. Sebutkan bagian-bagian tubuh bagian atas. . . .
7. Latihan push-up bagus untuk melatih otot…
8. Posisi kaki dalam gerakan push-up yang benar adalah….
9. Cabang olah raga apa saja yang dalam permainannya menggunakan otot tangan?
10. Posisi telapak tangan saat melakukan gerakan push-up . . .

Kunci jawaban

Pilihan ganda

1. c
2. b
3. a
4. d
5. a

Esay

6. Kepala, leher, perut, tangan
7. tangan
8. lurus dan sejajar
9. voli, basket, tennis.

10. Menapak ketanah.

5. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Rubrik Penilaian

No	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian	
		Bentuk instrument	**Contoh instrument**
1.	Gerakan dasar push-up dan sit-up	tes keterampilan	Melakukan gerakan push-up Melakukan gerakan sit-up

Format Kriteria Penilaian

No	Aspek penilaian praktik	Skor
1.	Gerakan sempurna	**80-100**
2.	Kurang sempurna	**70-79**
3.	Tidak sempurna	**50-69**

Lembar Penilaian Psikomotor

No	Nama	Gerakan	Nilai
1	Hulian Faristian		
2	Idha Riski Margaretta		
3	Indah Puspitasari		
4	Indrakila Prabowo		
5	Ira Devi Kurniawati		
6	Jihar Catur Wicaksono		
7	Muhammad Syahrul adzim		
8	Muhammad Miqdam A..		
9	Nurul Latifatus S.		
10	Putri Permata Sari		

11	Renaldi Khrisna Putra		
12	Riski Putri Miranto		
13	Salma Adilah		
14	Salwa Gia Putri		
15	Sandi Hakim Adhiguna		
16	Santi Kumala Sari		
17	Sekar Wati		
18	Shafa Gladya Amanda		
19	Shinta Ayuning Pradhita		
20	Singgih Anggoro		
21	Sintia Dewi Yuliani		
22	Tri Aldi Saputra		
23	Tri Mariana		
24	Vania Dahayu C.		
25	Wistianto		
26	Yunia Nurul Nadifah		
27	Andi Putri Varell		
28	Soma Karin		
29	Carmelita		

3. Pengamatan sikap

Penilaian afektif

No	**Nama**	**Aspek penilaian**	**nilai**
1	Hulian Faristian	Kerjasama, kerjakeras disiplin dan kejujuran.	
2	Idha Riski Margaretta		
3	Indah Puspitasari		
4	Indrakila Prabowo		
5	Ira Devi Kurniawati		
6	Jihar Catur Wicaksono		
7	Muhammad Syahrul adzim		
8	Muhammad Miqdam A..		

9	Nurul Latifatus S.		
10	Putri Permata Sari		
11	Renaldi Khrisna Putra		
12	Riski Putri Miranto		
13	Salma Adilah		
14	Salwa Gia Putri		
15	Sandi Hakim Adhiguna		
16	Santi Kumala Sari		
17	Sekar Wati		
18	Shafa Gladya Amanda		
19	Shinta Ayuning Pradhita		
20	Singgih Anggoro		
21	Sintia Dewi Yuliani		
22	Tri Aldi Saputra		
23	Tri Mariana		
24	Vania Dahayu C.		
25	Wistianto		
26	Yunia Nurul Nadifah		
27	Andi Putri Varell		
28	Soma Karin		
29	Carmelita		

Guru Pamong SDN Wonosari 2 **Praktikan**

(Stentiningrum, A.Ma.Pd) **(Heri Siswanto)**

NIP.19610226 198405 2 001 **NIM. 6102409014**

Mengetahui

Kepala Sekolah

(Achlani, S.Pd.I)

NIP. 19531010 197802 1 007

c. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Mengajar Ujian

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SD Negeri Wonosari 2
Kelas / semester	: 4 (empat) / 1 (satu)
Mata Pelajaran	: Penjasorkes
Ruang Lingkup/ Aspek	: daya tahan dan kekuatan otot lengan
Alokasi Waktu	: 4x35 menit
Hari / tanggal	: kamis / 4 oktober 2012

- **Standard Kompetensi**

  2. Mempraktikkan latihan untuk meningkatkan kebugaran dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

- **Kompetensi Dasar**

  2.1 Mempraktikkan aktivitas permainan sederhana untuk melatih daya tahan dan kekuatan otot, serta nilai kerja keras, dan disiplin

- **Indikator**

  Kognitif :

  - Menjelaskan pengertian daya tahan tubuh
  - Mengetahui bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan
  - Mengetahui bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan otot lengan

  Proses :

  - Menyelidiki pengaruh gerakan push up terhadap tubuh
  - Menyelidiki pengaruh gerakan menarik terhadap tubuh
  - Menyelidiki kemampuan daya tahan.

  Psikomotor :

  - Melakukan gerakan push up untuk melatih otot lengan
  - Melakukan gerakan *jogging* untuk melatih daya tahan

- Melakukan gerakan tarik tambang untuk melatih koordinasi kekuatan otot lengan dengan daya tahan.

Afektif :

- Sportif
- Kerjasama
- Disiplin
- Kerja keras

Keterampilan sosial

- Kerjasama dan menghargai teman dan lawan
- Mampu menerima kekalahan

- **Tujuan Pembelajaran**

Kognitif

Produk

Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) pengertian daya tahan.

Tanpa melakukan gerakan, siswa diminta untuk menjelaskan dengan kata-kata sendiri (pemahaman) latihan-latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan.,

Proses

Diberikan gerakan push up untuk melatih kekuatan otot lengan,

Diberikan gerakan *jogging* untuk melatih daya tahan,

Diberikan permainan tarik tambang untuk melatih koordinasi kekuatan otot lengan dan daya tahan.

Psikomotor

- Siswa dapat melakukan gerakan push up,.
- Siswa dapat melatih kemampuan daya tahan melalui kegiatan *jogging*.
- Siswa dapat melakukan gerakan tarik tambang.

Afektif

Perilaku berkarakter

- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa berperilaku disiplin.
- Pada saat mengikuti proses pembelajaran siswa memperlihatkan semangat.
- Pada saat proses pembelajaran siswa menunjukan sikap mau bekerja keras.
- Spoortif.

Keterampilan sosial

- Pada saat mengikuti kegiatan siswa dapat bekerjasama dengan rekan satu kelompoknya.
- Disiplin dalam melakukan kegiatan.

Materi pengajaran

Mempraktaikkan latihan-latihan untuk melatih daya tahan dan kekuatan otot lengan.

Metode pembelajaran

- Model pembelajaran

  Model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran langsung.

  Guru mendemonstrasikan gerakan kemudian siswa melakukan gerakan push up kemudian secara bersama dengan kelompoknya.

  Guru mendemonstrasikan gerakan kemudian siswa melakukan gerakan *jogging* kemudian secara bersama dengan kelompoknya.

  Guru mendemonstrasikan gerakan kemudian siswa melakukan gerakan tarik tambang kemudian secara bersama dengan kelompoknya.
- Metode pembelajaran

  Praktek langsung, pemberian tugas, memberikan timbal balik.

Bahan dan Alat

- Perangkat pembelajaran (Silabus, RPP, Presensi dan Penilaian)
- Peralatan (Peralatan dan tata letak alat dan Lapangan/ tempat dalam keadaan siap dipakai)

Langkah-langkah pembelajaran

- Persiapan guru penjasorkes sebelum pengajaran,
- Menyiapkan perangkat (silabus, RPP, lembar presensi dan lembar penilaian),

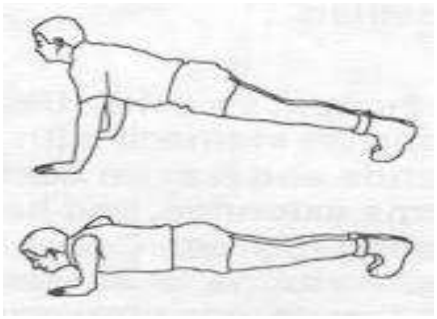
- Menyiapkan peralatan.

Kegiatan awal pembelajaran; 15 menit

- Mengecek kehadiran siswa, berdoa dan presensi
- Apresepsi
- Menyampaikan ruang lingkup materi

Pemanasan; 20 menit

Pemanasan dengan menggunakan permainan kumpul cepat, jogging-sprint dan diselingi gerakan push up.



Kegiatan inti pembelajaran; 60 menit

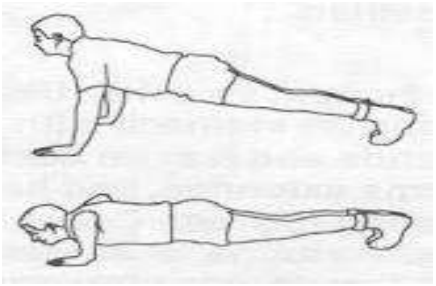
Eksplorasi

- Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
- Guru membimbing dan memberikan contoh latihan push up, jogging dan tarik tambang.

Elaborasi

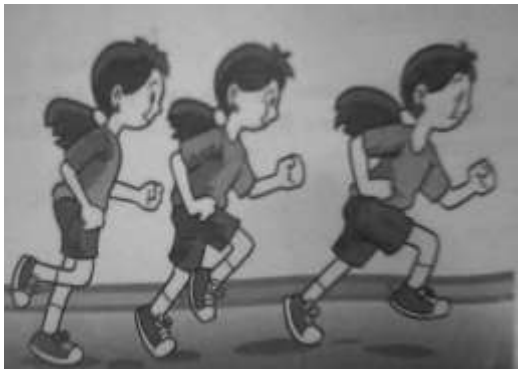
- Mendemonstrasikan gerakan grobag dorong dan hijau hitam grobag.

- Melakukan gerakan push up.



- Melakukan gerakan tarik tambang

- Melakukan gerakan jogging sampai puncak kemampuan daya tahan.



Konfirmasi

- Mengevaluasi gerakan-gerakan siswa.
- Melakukan pengamatan proses dan hasil dari pembelajaran.
- Memberikan penghargaan kepada siswa.

Kegiatan akhir pembelajaran; 30 menit

- Pendingingan

  Guru memberikan penguluran otot, siswa melakukan dengan sungguh-sungguh.
- Refleksi

  Pengamatan belajar siswa
- Koreksi umum terhadap proses dan hasil belajar siswa (pengetahuan sikap dan keterampilan)
- Tindak lanjut pemberian tugas.

Menutup pembelajar; 5 menit

- Menghitung jumlah siswa dan berdoa.

Alat dan Sumber bahan

5. Alat : Pluit, cone, tali,
6. Sumber belajar :
   - Buku penjasorkes kelas 4 SD, Penerbit Pusat Pembukuan Kementerian Pendidikan Nasional

Penilaian

6. Tes objektif secara tertulis

Lembar kerja

Soal Pilihan Ganda

1. Gerakan push up bagus untuk melatih otot….
   a. Leher
   b. Tangan
   c. Perut
   d. Kaki
2. Dilakukan dalam bentuk kelompok tarik tambang dapat melatih . . .
   a. Kerjasama
   b. Egoisme
   c. Kecurangan
   d. Kecemburuan

3. Posisi tangan saat melakukan push-up…
   a. Sejajar bahu
   b. lebar
   c. sempit
   d. satu didepan
4. pandangan saat melakukan push-up adalah…
   a. kesamping
   b. keatas
   c. kebawah
   d. kedepan
5. kegiatan yang dapat melatih daya tahan . . .
   a. tidur
   b. joging
   c. lari cepat dilakukan sebanyak satu kali
   d. olahraga satu minggu sekali

Esay

1. jelaskan pengertian daya tahan. . . .
2. Latihan push-up bagus untuk melatih otot…
3. Posisi kaki dalam gerakan push-up yang benar adalah….
4. Cabang olah raga apa saja yang dalam permainannya menggunakan otot tangan?
5. Posisi telapak tangan saat melakukan gerakan push-up . . .

Kunci jawaban

Pilihan ganda

1. b

2. a

3. a

4. a

5. b

Esay

1. Kekuatan otot untuk bekerja secara berulang-ulang.
2. lengan.
3. Lurus dan sejajar
4. Voly, basket, keepers, renang, dll
5. Telapak tangan menghadap ke tanah.

e. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Rubrik Penilaian

No	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian	
		Bentuk instrument	Contoh instrument
1.	Kemampuan daya tahan	tes keterampilan	Melakukan gerakan jogging
2.	Latihan untuk meningkatkan kekuatan otot bahu		Melakukan gerakan push up

Format Kriteria Penilaian

No	Aspek penilaian praktik	Skor
1.	Gerakan sempurna	**80-100**
2.	Kurang sempurna	**75-79**
3.	Tidak sempurna	**50-74**

Lembar Penilaian Psikomotor

No	Nama	Gerakan	Nilai
1	Intan Alviaturrohmaniyah		
2	Irgi Ahmad Kurniawan		
3	Khalis Rayhan Nafi		
4	Kresna Maulana Baihaqi		
5	Lutvia Khoirunnisa		
6	Maysarra Aisha Bestiar		
7	Melani Devita Kusuma		
8	Mitha Risthy		
9	Mochammad Chairul Anam		
10	Muhammad Ade Maulana		
11	Muhammad Ferdinand Uhdi A		
12	Muhammad Terians Al Fata		
13	Nafisatul Maghfiroh		
14	Nailiya Lutfiyana Putri		
15	Natalia Tiara Tyas Garvita		
16	Nitya Wahyu Anindita		
17	Nur Aisah		
18	Nur Gea Wahyu Utomo		
19	Nuvi Nursetyaningsih		
20	Putri Maulinda		
21	Rafly Nur As'ad		
22	Rangga Bagus Saputra		
23	Revanza Ayodya Suroso		

24	Riana Citra Loka		
25	Rio Ardiansyah		
26	Rizzal Bayu Herlambang		
27	Shindy Puteri Devia		
28	Syifa Azzahra Divas		
29	Tauhid Riqsa Himawan		
30	Teqki Tri Candra Budi Utomo		
31	Viona Cika Larasati		
32	Virgiawan Ardiansyah		
33	Witdyawati Mandiri Mamik W		
34	Zahra Nur Aini		
35	Zulfa Nurma Novitasari		
36	Khilda Aulia Larasati		
37	M. Taufiq		
38	Sabrina Virry T. M.		

6. Pengamatan sikap

Penilaian afektif

No	Nama	Aspek penilaian	Nilai
1	Intan Alviaturrohmaniyah	Kerjasama, disiplin, dan kerja keras	
2	Irgi Ahmad Kurniawan		
3	Khalis Rayhan Nafi		
4	Kresna Maulana Baihaqi		
5	Lutvia Khoirunnisa		
6	Maysarra Aisha Bestiar		
7	Melani Devita Kusuma		
8	Mitha Risthy		
9	Mochammad Chairul Anam		
10	Muhammad Ade Maulana		
11	Muhammad Ferdinand Uhdi A		
12	Muhammad Terians Al Fata		

13	Nafisatul Maghfiroh		
14	Nailiya Lutfiyana Putri		
15	Natalia Tiara Tyas Garvita		
16	Nitya Wahyu Anindita		
17	Nur Aisah		
18	Nur Gea Wahyu Utomo		
19	Nuvi Nursetyaningsih		
20	Putri Maulinda		
21	Rafly Nur As'ad		
22	Rangga Bagus Saputra		
23	Revanza Ayodya Suroso		
24	Riana Citra Loka		
25	Rio Ardiansyah		
26	Rizzal Bayu Herlambang		
27	Shindy Puteri Devia		
28	Syifa Azzahra Divas		
29	Tauhid Riqsa Himawan		
30	Teqki Tri Candra Budi Utomo		
31	Viona Cika Larasati		
32	Virgiawan Ardiansyah		
33	Witdyawati Mandiri Mamik W		
34	Zahra Nur Aini		
35	Zulfa Nurma Novitasari		
36	Khilda Aulia Larasati		
37	M. Taufiq		
38	Sabrina Virry T. M.		

Praktikan

(Heri Siswanto)

NIM. 6102409014

Dosen Pembimbing	Guru Pamong SDN Wonosari
(Agus Widodo Suripto, S.Pd, M.Pd)	**(Stentiningrum, A.Ma.Pd)**
NIP. 19800907 200812 1 002	**NIP.19610226 198405 2 001**

Mengetahui

Kepala Sekolah

(Achlani, S.Pd.I)

NIP. 19531010 197802 1 007

Lampiran 4

a. Daftar Hadir Dosen

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
LEMBAGA PENGEMBANGAN PENDIDIKAN DAN PROFESI (LP3)
Gedung H lantai 1, Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229, Telp. PPL (024) 8508070. Email: ppl@unnes.ac.id

SURAT KETERANGAN PEMBIMBINGAN PPL

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah Kepala Pusat Pengembangan PPL Universitas Negeri Semarang, menerangkan bahwa Dosen pembimbing PPL :

Nama : Drs. Mujiyono, M.Pd

NIP : 1953 0606 1981 031003

Telah melaksanakan tugas bimbingan mahasiswa PPL di Sekolah/Instansi Mitra dengan bukti sebagai berikut :

No	SEKOLAH/INSTANSI	HARI, TANGGAL	TANDA TANGAN DAN STEMPEL
1	SDN Wonosari 02	Senin, 30 Juli 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007
2	SDN Wonosari 02	Rabu, 22 Agustus 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007
3	SDN Wonosari 02	Kamis, 13 September 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007
3			

Semarang, 2012
Kapus Pengembangan PPL Unnes

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
LEMBAGA PENGEMBANGAN PENDIDIKAN DAN PROFESI (LP3)
Gedung H lantai 1, Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229, Telp. PPL (024) 8508070, Email: ppl@unnes.ac.id

SURAT KETERANGAN KOORDINASI PPL

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah Kepala Pusat Pengembangan PPL Universitas Negeri Semarang, menerangkan bahwa Koordinator dosen pembimbing PPL :

Nama : Drs. Masugino, M. Pd.

NIP : 1953 0606 1981 031 003

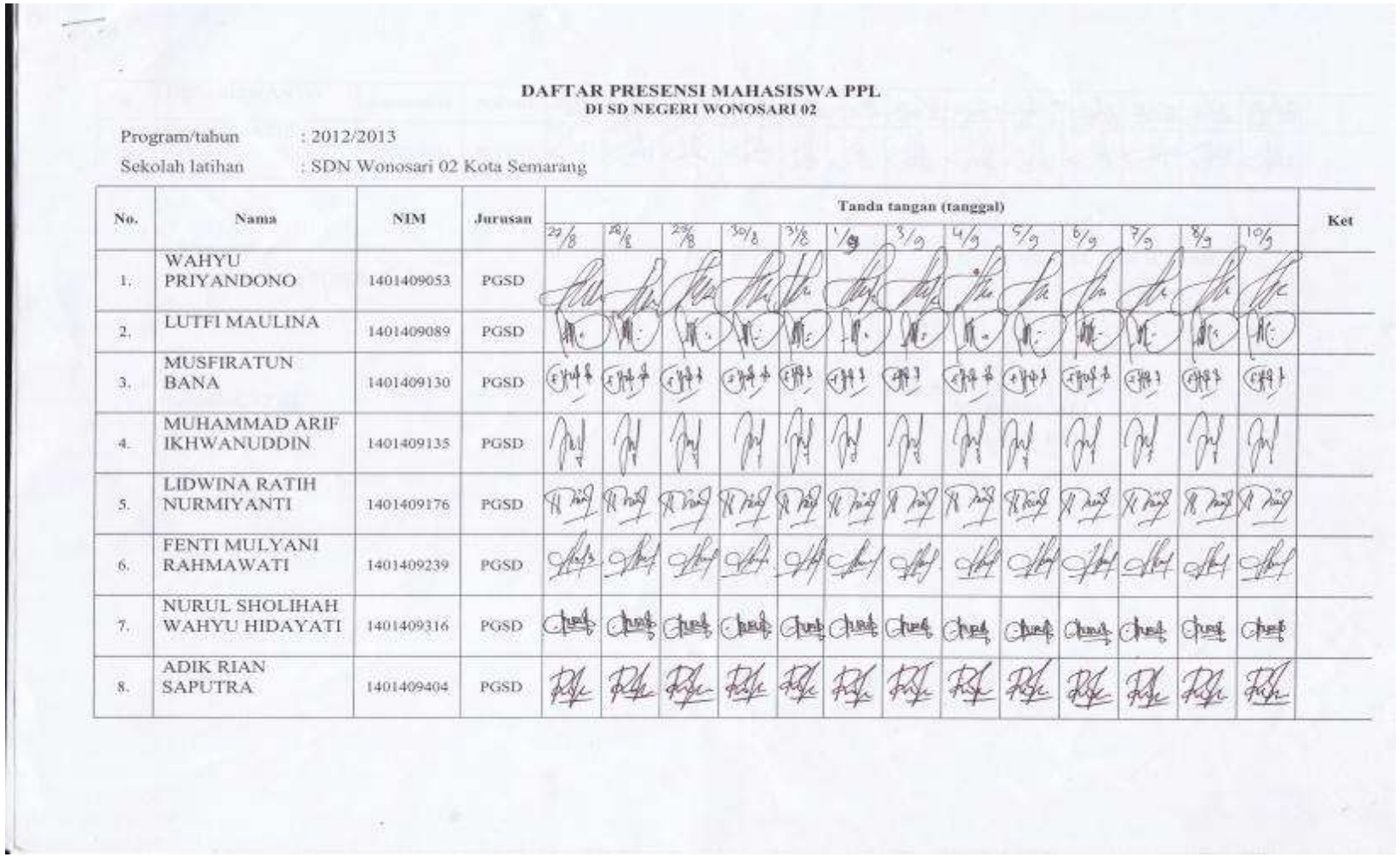
Telah melaksanakan tugas koordinasi PPL di Sekolah/Instansi Mitra dengan bukti sebagai berikut:.

No	SEKOLAH/INSTANSI	HARI, TANGGAL	TANDA TANGAN DAN STEMPEL
1	SDN Wonosari 02	Senin, 30 Juli 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007
2	SDN Wonosari 02	Rabu, 22 Agustus 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007
3	SDN Wonosari 02	Kamis, 13 September 2012	Achlani, S.Pd.I NIP. 19531010 197802 1 007

Semarang, ...2012.
Kapus Pengembangan PPL Unnes

Drs. Masugino, M.Pd

b. Daftar hadir mahasiswa PPL



DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL
DI SD NEGERI WONOSARI 02

Program/tahun : 2012/2013
Sekolah latihan : SDN Wonosari 02 Kota Semarang

No.	Nama	NIM	Jurusan	Tanda tangan (tanggal)												Ket
				29/8	29/8	29/8	30/8	31/8	1/9	3/9	4/9	5/9	6/9	7/9	8/9	10/9	
1.	WAHYU PRIYANDONO	1401409053	PGSD														
2.	LUTFI MAULINA	1401409089	PGSD														
3.	MUSFIRATUN BANA	1401409130	PGSD														
4.	MUHAMMAD ARIF IKHWANUDDIN	1401409135	PGSD														
5.	LIDWINA RATIH NURMIYANTI	1401409176	PGSD														
6.	FENTI MULYANI RAHMAWATI	1401409239	PGSD														
7.	NURUL SHOLIHAH WAHYU HIDAYATI	1401409316	PGSD														
8.	ADIK RIAN SAPUTRA	1401409404	PGSD														

9.	HERI SISWANTO	6102409014	PGPJSD	
10.	FATHUL AZIZ SHOFI	6102409021	PGPJSD	

Semarang, 30 Juli 2012

Mengetahui:

Kepala Sekolah SDN Wonosari 02

Koordinator PPL SDN Wonosari 02

Achlani, S.Pd.I

NIP. 19531010 197802 1 007

Muhammad Arif I.

NIM. 1401409135

DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL
DI SD NEGERI WONOSARI 02

Program/tahun : 2012/2013

Sekolah latihan : SDN Wonosari 02 Kota Semarang

No.	Nama	NIM	Jurusan	Tanda tangan (tanggal)													Ket
				11/9	12/9	13/9	14/9	15/9	17/9	18/9	19/9	20/9	21/9	22/9	24/9	25/9	
1.	WAHYU PRIYANDONO	1401409053	PGSD														
2.	LUTFI MAULINA	1401409089	PGSD														
3.	MUSFIRATUN BANA	1401409130	PGSD														
4.	MUHAMMAD ARIF IKHWANUDDIN	1401409135	PGSD														
5.	LIDWINA RATIH NURMIYANTI	1401409176	PGSD														
6.	FENTI MULYANI RAHMAWATI	1401409239	PGSD														
7.	NURUL SHOLIHAH WAHYU HIDAYATI	1401409316	PGSD														
8.	ADIK RIAN SAPUTRA	1401409404	PGSD														

9.	HERI SISWANTO	6102409014	PGPJSD															
10.	FATHUL AZIZ SHOFI	6102409021	PGPJSD															

Semarang, 30 Juli 2012

Mengetahui:

Kepala Sekolah SDN Wonosari 02

Koordinator PPL SDN Wonosari 02

Achlani, S.Pd.I

NIP. 19531010 197802 1 007

Muhammad Arif I.

NIM. 1401409135

DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL

DI SEKOLAH/TEMPAT LATIHAN

Program/tahun : 2011/2012

Sekolah Latihan : SD Negeri Wonosari 02

No	Nama	NIM	Jurusan	Tanda Tangan (tanggal)												Ket
				25/12 09	26/12 09	27/12 09	28/12 09	29/12 09	1/12 10	2/12 10	3/12 10	4/12 10	5/12 10	6/12 10	8/12 10	
1	Wahyu Priyandono	1401409053	PGSD													
2	Lutfi Maulina	1401409089	PGSD													
3	Musfiratun Bana	1401409130	PGSD													
4	Muhammad Arif I	1401409135	PGSD													
5	Lidwina Ratih N	1401409176	PGSD													
6	Fenti Mulyani R	1401409239	PGSD													
7	Nurul Sholihah W.H	1401409316	PGSD													
8	Adik Rian Saputra	1401409404	PGSD													
9	Heri Siswanto	6102409014	PGPJSD													
10	Fathul Aziz Shofi	6102409021	PGPJSD													

Lampiran 5

Kartu Bimbingan Mengajar

KARTU BIMBINGAN PRAKTIK MENGAJAR TERBIMBING

MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tempat praktik : SD Negeri Wonosari 02

MAHASISWA	DOSEN PEMBIMBING
Nama : Heri Siswanto NIM/Prodi : 6102409014/PGPJSD Fakultas : FIK	Nama : Agus Widodo Suripto, S.Pd, M.Pd NIP : 19800907 200812 1 002
GURU PAMONG	KEPALA SEKOLAH
Nama : Stentiningrum A.Ma.PD NIP : 19610226 198405 2 001 Bid. studi : Guru Penjasorkes	Nama : Achlani, S.Pd.I NIP : 19531010 197802 1 007

No.	Tgl.	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1.	28-8-2012	Gerak dasar sederhana kedalam modivikasi permaianan bola kecil	V A		
2.	29-8-2012	Pola gerak jalan dan lari dalam permainan sderhana	III B		
3.	30-8-2012	Gerak dasar kedalam permainan bola kecil (Permainan kasti)	IV A		

4.	31-8-2012	Gerak dasar, jalan, lari dan lompat	II B		
5.	4-9-2012	Variasi gerak dasar dalam modivikasi permainan bola kecil	V B		
6.	5-9-2012	Gerak dasar mengayun, membungkuk dan menekuk lutut	IIIA		
7.	6-9-2012	Atletik sederhana (lari estafet)	IV B		
8.	7-9-2012	Gerak dasar memutar, mengeyun dan menekuk lutut	II A		

Semarang , September 2012

Mengetahui:

Kepala Sekolah,

Koordinator dosen pembimbing,

(Achlani, S.Pd.I)

NIP. 19531010 197802 1 007

(Drs. Mujiyono, M.Pd)

NIP. 19530606 198103 1 003

KARTU BIMBINGAN PRAKTIK MENGAJAR MANDIRI

MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tempat praktik : SD Negeri Wonosari 02

MAHASISWA	DOSEN PEMBIMBING
Nama : Heri Siswanto NIM/Prodi : 6102409014/PGPJSD Fakultas : FIK	Nama : Agus Widodo Suripto, S.Pd, M.Pd NIP : 19800907 200812 1 002
GURU PAMONG	KEPALA SEKOLAH
Nama : Stentiningrum A.Ma.PD NIP : 19610226 198405 2 001 Bid. studi : Guru Penjasorkes	Nama : Achlani, S.Pd.I NIP : 19531010 197802 1 007

No.	Tgl.	Materi pokok	Kelas	Tanda Tangan	
				Dosen pembimbing	Guru pamong
1.	11-9-2012	Permainan bola besar	V A		
2.	13-9-2012	Permainan bola besar (cash pass dan over head pass)	IV A		
3.	14-9-2012	Gerak dasar melempar, menangkap menendang dan menggiring bola	II B		
4.	18-9-2012	Variasi gerak dasar kedalam atletik sederhana	V B		

5.	19-9-2012	Kombinasi gerak dasar melempar, menangkap dan menendang	III A		
6.	21-9-2012	Latihan untuk meningkatkan kekuatan otot lengan dan tungkai	II A		
7.	25-9-2012	Aktivitas otot-otot tubuh bagian atas	V B		
8.	26-9-2012	Latihan kebugaran jasmani (melatih kekuatan otot bahu dan dada)	III B		

Semarang , 2012

Mengetahui:

Kepala Sekolah, Koordinator dosen pembimbing,

(Achlani, S.Pd.I) (Drs. Mujiyono, M.Pd)

NIP. 19531010 197802 1 007 NIP. 19530606 198103 1 003