

LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN II
DI SD NEGERI PETOMPON 01 KOTA SEMARANG



Disusun Oleh :

Nama : Ristya Astantry

NIM : 6102409020

**Prodi : Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani
Sekolah Dasar (PGPJSD)**

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan PPL 2 ini telah disusun sesuai dengan pedoman PPL UNNES pada :

Hari :

Tanggal : 10 Oktober 2012

Disahkan oleh :

Koordinator Dosen Pembimbing,



Agus Widodo Surtpto, S.Pd, M.Pd

NIP. 19800907 200812 1 002

Kepala Sekolah,



R. Suprpto, S.Pd., M.Si
NIP. 19601010 198012 1 013

Kepala Pusat pengembangan PPL UNNES



Drs. Masugino, M.Pd

NIP. 19520721 198601 2 001

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, taufiq dan hidayah-Nya serta rasa terima kasih yang mendalam tak lupa penyusun sampaikan kepada keluarga atas segala doa dan dukungannya sehingga penyusun mampu menyelesaikan pembuatan laporan PPL II yang dilaksanakan di SD Negeri Petompon 01 Kota Semarang pada tanggal 13 Agustus 2012 sampai tanggal 20 Oktober 2012.

Dalam pelaksanaan PPL I dan II penyusun mendapat banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak sehingga penyusun dapat menyusun laporan ini yang merupakan hasil Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II yang berorientasi pada penyusunan perangkat pembelajaran dan praktik mengajar di lapangan. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penyusun menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Semarang sekaligus pelindung pelaksanaan PPL.
2. Prof. Dr. DYP. Sugiharto, M.Pd. selaku Ketua Lembaga Pengembangan Pendidikan dan Profesi (LP3) UNNES
3. Drs. Masugino, M.Pd selaku Kepala Pusat pengembangan PPL UNNES dan penanggung jawab pelaksanaan PPL.
4. Drs. Harry Pramono, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keolahragaan
5. Agus Widodo Suripto, S.Pd., M.Pd selaku koordinator dosen pembimbing
6. Drs. Bambang Priyono, M.Pd selaku dosen pembimbing PPL 2
7. R. Suprpto, S.Pd., M.Si. selaku Kepala SD Negeri Petompon 1 Kota Semarang yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan PPL
8. Wahyudi, S.Pd selaku koordinator guru pamong SD Negeri Petompon 1 Kota Semarang
9. Himawan Yudarmanto, A.Ma selaku guru pamong penjaskes SD Negeri Petompon 1 Kota Semarang
10. Segenap Guru dan Staf Karyawan SD Negeri Petompon 1 Kota Semarang

11. Rekan – rekan Mahasiswa Pratkan Pengalaman Lapangan di SD Negeri Petompon 01 Kota Semarang
12. Siswa – siswi SD Negeri Petompon 1 Kota Semarang
13. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya PPL yang tidak dapat penyusun sebutkan satu per satu

Penyusun menyadari bahwa segala kesempurnaan hanya milik Allah SWT, dalam penyusunan laporan ini pastilah tidak sempurna. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penyusun mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari segala pihak yang terkait.

Semoga amal kebaikan dari semua pihak yang terkait dalam pelaksanaan PPL I dan PPL II mendapatkan restu dari Allah SWT.

Dengan segala kerendahan hati, penyusun berharap semoga Laporan PPL II ini dapat bermanfaat bagi penyusun serta pihak yang berkepentingan pada umumnya.

Semarang, 10 Oktober 2012

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	2
B. Tujuan.....	2
C. Manfaat.....	2
BAB II LANDASAN TEORI	3
A. Dasar Hukum.....	3
B. Struktur Organisasi Sekolah.....	4
C. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)	5
D. Visi dan Misi Sekolah Latihan	6
BAB III PELAKSANAAN	8
A. Waktu.....	8
B. Tempat.....	8
C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.....	8
1. Penerjunan ke Sekolah latihan.....	8
2. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Terbimbing)..	8
3. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Mandiri).....	9
4. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar	13
5. Penyusunan Laporan PPL.....	13
D. Proses Pembimbingan.....	14
1. Bimbingan dengan Guru Pamong.....	14
2. Bimbingan dengan Dosen Pembimbing.....	14
E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat selama PPL.....	15
1. Hal-hal yang Menghambat.....	15
2. Hal-hal yang Mendukung.....	15

BAB IV SIMPULAN DAN SARAN.....	16
A. Simpulan.....	16
B. Saran.....	16
DAFTAR PUSTAKA.....	18
REFLEKSI DIRI.....	19

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kalender Pendidikan Tahun Ajaran 2012/2013
2. Rencana Kegiatan sehari-hari
3. Lembar Kegiatan Praktikan Selama PPL 2
4. Presensi mahasiswa PPL
5. Daftar hadir dosen Pembimbing
6. Kartu Bimbingan praktek mengajar
7. Daftar hadir dosen Koordinator
8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
 - a. RPP Terbimbing
 - b. RPP Mandiri
 - c. RPP Ujian
9. Jadwal Praktikan Mengajar
10. Foto Dokumentasi PPL 2

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

UNNES merupakan salah satu fungsi utama dalam mendidik calon guru dan tenaga kependidikan yang profesional. Calon guru profesional dalam melaksanakan tugas profesi kependidikan mampu menunjukkan keprofesionalannya yang ditandai dengan penguasaan kompetensi akademik kependidikan dan kompetensi penguasaan substansi dan atau bidang studi sesuai dengan bidang ilmunya. Kompetensi calon guru yang dimaksud meliputi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional. UNNES dalam rangka menyiapkan para calon guru yang profesional, maka mahasiswa diwajibkan untuk melakukan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), sebagaimana yang telah diamanatkan dalam kurikulum.

Praktik Pengalaman Lapangan adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh semua mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang telah diperoleh dalam semester – semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang diwajibkan untuk semua mahasiswa praktikan bertujuan untuk membentuk, membina serta menciptakan mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang profesional, bertanggung jawab dalam menjalankan tugasnya sebagai seorang pendidik nantinya.

Program Pengalaman Lapangan yang kami laksanakan di SD Negeri Petompon 1 Semarang diharapkan dapat mengembangkan serta mendapatkan pengalaman baru dalam proses pendidikan terhadap calon-calon tenaga kependidikan. Adapun beberapa mata kuliah yang diberikan selama mengikuti perkuliahan di UNNES yang akan telah diterapkan di lapangan meliputi mata kuliah bidang studi yang berkaitan dengan program jurusan kami dan sesuai dengan bidang studi yang kami ikuti meliputi:

1. Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik
2. Pengkajian dan Pengembangan Kurikulum Penjas SD
3. Persiapan dan Pengembangan Profesi Guru Penjas SD
4. Strategi Belajar Mengajar
5. Evaluasi Pengajaran Penjas SD

B. Tujuan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) bertujuan untuk membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan yang sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan berdasarkan kompetensi, yang meliputi ; kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional dan kompetensi sosial.

C. Manfaat PPL

Dengan melaksanakan PPL diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait, yaitu mahasiswa (praktikan), sekolah, dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

1. Manfaat bagi praktikan

- Praktikan dapat mengetahui dan mempraktikkan secara langsung mengenai cara-cara pembuatan perangkat pembelajaran seperti RPP yang dibimbing oleh guru pamong masing-masing serta praktikan dapat menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah baik dalam mengelola materi dan mengelola siswa saat proses belajar mengajar berlangsung di lapangan.

2. Manfaat bagi sekolah

- Dapat meningkatkan kualitas pendidik.
- Dapat menambah keprofesionalan guru.

3. Manfaat bagi Universitas Negeri Semarang

- Memperoleh masukan tentang berbagai kasus pendidikan yang dipakai sebagai bahan pertimbangan penelitian
- Memperluas dan meningkatkan jaringan dan kerjasama dengan sekolah yang terkait
- Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, perangkat pembelajaran yang meliputi RPP dan silabus, metode, dan pengelolaan proses belajar mengajar di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.

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/2003 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. Struktur Organisasi Sekolah

Memasuki tahun 2009, bidang pendidikan sarat dengan kebijakan-kebijakan baru pemerintah yang sudah mulai dan akan dilaksanakan. Kebijakan-kebijakan baru tersebut secara signifikan membawa perubahan yang mendasar di sekolah. Adanya Undang – undang Nomor 22 Tahun 2002 tentang Otonomi Daerah misalnya, mengakibatkan struktur Departemen Pendidikan Nasional. Sekolah yang sebelumnya bertanggung jawab secara langsung kepada Kantor Wilayah Pendidikan dan Kebudayaan Propinsi (sekarang Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Propinsi) saat ini bertanggung jawab secara langsung kepada Dinas Pendidikan Kabupaten/Kota. Undang – undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah kebijakan baru pemerintah yang membawa perubahan mendasar dalam bidang pendidikan termasuk sekolah. Manajemen Berbasis Sekolah membawa perubahan yang mendasar dalam pengelolaan suatu sekolah. Kebijakan baru pemerintah dalam bidang pendidikan lainnya yang mulai dilaksanakan adalah *Life Skill*, Kurikulum 2004, Komite Sekolah dan Dewan Pendidikan.

Susunan organisasi sekolah tertuang dalam Keputusan Menteri Pendidikan Nasional tentang susunan organisasi dan tata kerja jenis sekolah tersebut. Dari struktur organisasi sekolah tersebut terlihat hubungan dan mekanisme kerja antara Kepala Sekolah, Guru, Murid, Pegawai Tata Usaha Sekolah serta pihak lainnya di luar sekolah. Koordinasi integrasi dan sinkronisasi kegiatan-kegiatan yang terarah memerlukan pendekatan pengadministrasian yang efektif dan efisien, yaitu :

1. Berorientasi kepada tujuan, yang berarti bahwa administrasi sekolah menunjang tercapainya tujuan pendidikan.
2. Berorientasi kepada pendayagunaan semua sumber (tenaga, dana dan sarana) secara tepat guna dan hasil guna.
3. Mekanisme pengelolaan sekolah meliputi perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan penilaian hasil kegiatan administrasi sekolah harus dilakukan secara sistematis dan terpadu.

C. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)

Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Tujuan tertentu ini meliputi tujuan pendidikan nasional serta kesesuaian dan kekhasan, kondisi dan potensi daerah, satuan pendidikan dan peserta didik. Oleh sebab itu, kurikulum disusun oleh satuan pendidikan untuk memungkinkan penyesuaian program pendidikan dengan kebutuhan dan potensi yang ada di daerah.

Pengembangan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) yang beragam mengacu pada standar nasional pendidikan untuk menjamin pencapaian tujuan pendidikan nasional. Standar nasional pendidikan terdiri atas standar isi, standar proses, kompetensi lulusan, tenaga kependidikan, sarana dan prasarana, pengelolaan, pembiayaan dan penilaian pendidikan. Dua dari kedelapan standar nasional pendidikan tersebut yaitu Standar Isi (SI) dan Standar Kompetensi Lulusan (SKL) merupakan acuan utama bagi satuan pendidikan dalam mengembangkan kurikulum.

Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 (UU 20/ 2003) tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 tahun 2005 (PP 19/2005) tentang Standar Nasional Pendidikan mengamanatkan kurikulum pada KTSP jenjang pendidikan dengan mengacu pada SI dan SKL serta berpedoman pada panduan yang disusun oleh Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP). Selain dari itu, penyusunan KTSP juga mengikuti ketentuan lain yang menyangkut kurikulum dalam UU 20/2003 dan PP 19/2005.

Panduan pengembangan kurikulum disusun antara lain dapat memberi kesempatan peserta didik untuk:

1. Belajar untuk beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
2. Belajar untuk memahami dan menghayati
3. Belajar untuk mampu melaksanakan dan berbuat secara efektif
4. Belajar untuk hidup bersama dan berguna untuk orang lain
5. Belajar untuk membangun dan menemukan jati diri melalui proses belajar yang aktif, kreatif, afektif dan menyenangkan.

Tujuan pengembangan kurikulum adalah untuk :

1. Membentuk peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa serta berakhlak mulia

2. Meningkatkan kesadaran dan wawasan peserta didik akan status, hak, dan kewajiban dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara, serta meningkatkan kualitas dirinya sebagai manusia.
3. Menenal, menyikapi, dan mengapresiasi ilmu pengetahuan dan teknologi serta menanamkan kebiasaan berfikir dan berperilaku ilmiah yang kritis, kreatif, dan mandiri
4. Meningkatkan sensitivitas, kemampuan mengekspresikan, dan kemampuan mengapresiasi keindahan dan harmoni
5. Meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat.

D. Visi dan Misi Sekolah Latihan

Visi dan Misi SD Negeri Petompon 1 Semarang adalah sebagai berikut:

Visi :

Terciptanya pribadi yang mandiri dan berprestasi, dilandasi iman dan taqwa, sehat jasmani dan rohani, terampil dan berakhlak mulia.

Misi :

- Menyelenggarakan pembelajaran yang Aktif, Inovatif, Kreatif dan Menyenangkan (PAIKEM)
- Berbekal Pendidikan Agama dan berakhlak mulia
- Termotivasi dan berprestasi optimal
- Menggali bakat dan minat siswa dengan kegiatan ekstrakurikuler
- Berkompetensi dengan sekolah lain
- Mengoptimalkan peran serta masyarakat

BAB III

PELAKSANAAN

A. Waktu

Program Pengalaman Lapangan (PPL) II di SD Negeri Petompon 1 Semarang dilaksanakan mulai tanggal 13 Agustus 2012 dan berakhir pada tanggal 20 Oktober 2012.

B. Tempat

Program Pengalaman Lapangan (PPL) II dilaksanakan di SD Petompon 01 Semarang, yang berlokasi di jalan Kelud Raya No. 1 kecamatan Gajahmungkur kota Semarang

C. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

1. Penerjunan ke sekolah latihan

Program Pengalaman Lapangan dilaksanakan selama 3 (tiga) bulan sesuai dengan jadwal yang ditentukan oleh UPT PPL UNNES yaitu mulai tanggal 30 Juli 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012. Penyerahan mahasiswa PPL kepada Kepala Sekolah SD Negeri Petompon 1 Semarang dilaksanakan pada hari Senin tanggal 30 Juli 2012 oleh dosen koordinator PPL UNNES di SD Negeri Petompon 1 Semarang yaitu bapak Agus Widodo Suropto, S.Pd, M.Pd.

2. Koordinasi dengan pihak sekolah latihan

Pada hari-hari pertama di sekolah latihan kami melaksanakan rapat koordinasi mahasiswa, rapat perwakilan mahasiswa dengan pihak sekolah baik kepala sekolah, koordinator guru pamong, guru pamong maupun guru kelas mengenai jadwal mengajar, tata cara penilaian serta instrumen penilaian.

Selain itu kami melakukan observasi untuk menambah wawasan serta pengalaman mengenai cara, metode, teknik dalam pembelajaran di kelas.

3. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Terbimbing)

Di SD Negeri Petompon 1 Semarang menggunakan kurikulum KTSP selama di sekolah praktikan, praktikan merasa perlu untuk mengetahui lebih mendalam tentang sistem pengajaran yang dipakai oleh guru yang mengajar di kelas. Untuk itu praktikan melakukan pengajaran model (pengajaran terbimbing) di kelas dengan

bimbingan guru pamong yang dilaksanakan selama kurang lebih satu minggu pada minggu kedua praktik.

Dalam latihan pengajaran terbimbing, praktikan berkonsultasi mengenai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) kepada guru kelas baik dari materi, alokasi waktu serta instrumen pembelajaran, secara rinci sebagai berikut :

1) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran merupakan persiapan mengajar guru untuk tiap kali pertemuan. RPP berfungsi untuk melaksanakan proses belajar mengajar di kelas agar dapat berjalan dengan lebih efektif, efisien dan mengontrol tujuan yang ingin dicapai. Komponen utamanya :

- a) kompetensi dasar
- b) Materi pelajaran
- c) Kegiatan pembelajaran
- d) Alat penilaian.

(Format beserta contohnya terlampir)

Dengan mengacu pada pola pelaksanaan kurikulum (KTSP) maka dalam melaksanakan proses belajar mengajar meliputi kegiatan kurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan kurikuler dilakukan mulai dengan tatap muka yang alokasi waktunya ditetapkan dalam susunan program pengajaran dan diperdalam melalui tugas-tugas. Oleh karena itu pada implementasinya sebelum melakukan KBM di kelas, ada beberapa hal yang harus dipenuhi oleh seseorang guru secara administrasi seperti yang sudah disampaikan dalam perangkat pembelajaran di atas.

Kemudian setelah dirasa cukup oleh guru pamong yang bersangkutan, praktikan diberi kesempatan untuk mengajar di depan kelas secara mandiri.

4. Pelatihan Mengajar dan Tugas Keguruan (Pengajaran Mandiri)

Selesai pengajaran terbimbing, praktikan mendapatkan suatu pengarahan dari guru kelas tentang hal-hal yang perlu diperbaiki dalam pembelajaran berikutnya. Hal ini menjadi masukan bagi praktikan agar dalam pengajaran berikutnya akan lebih baik.

Pelatihan mengajar mandiri dilaksanakan mulai minggu ke-3 sampai minggu terakhir PPL.

Pengajaran terbimbing selama tiga minggu dilanjutkan dengan pengajaran mandiri dimana guru kelas sudah sepenuhnya menyerahkan kegiatan belajar mengajar

kepada praktikan. Selama pengajaran mandiri, guru kelas hanya memantau dari belakang. Melalui pengajaran mandiri, praktikan mengeluarkan kemampuannya menjadi calon guru yang *16ias16e16ator16* sehingga proses belajar mengajar dapat berjalan dengan *16ias16e* dan efektif mencapai sasaran dan tujuan yang telah ditetapkan dalam perangkat pembelajaran.

Selain membuat perangkat pembelajaran dan mengikuti kegiatan intra sekolah, dalam melaksanakan KBM guru praktikan harus mempunyai beberapa keterampilan mengajar antara lain:

a. Membuka Pelajaran

Dalam membuka pelajaran, guru mengucapkan salam yang kemudian dilakukan dengan berdoa dan presensi siswa untuk mengetahui siswa yang hadir atau tidak hadir (jika mengajar pada jam pertama). Kemudian guru memberi motivasi pada siswa dengan cara mengingat kembali materi yang telah diajarkan. Untuk membuka pelajaran ini, guru dituntut untuk menggunakan variasi dalam penyampaian.

b. Komunikasi dengan Siswa

Komunikasi antara siswa dengan guru adalah yang terpenting selama PBM karena dengan komunikasi yang baik, PBM akan menjadi *16ias16e*. Komunikasi yang dimaksud adalah terjadinya komunikasi dua arah yaitu : guru menerangkan dan siswa mendengarkan, komunikasi tiga arah yaitu : guru menerangkan siswa mendengarkan dan bertanya, serta komunikasi multi arah : guru menjelaskan, siswa mendengarkan dan bertanya, dan siswa bertanya kepada siswa yang lain.

Dalam kegiatan ini, guru praktikan dapat melakukan dengan baik sehingga terjadi hubungan yang interaktif antara siswa dan guru.

c. Penggunaan Metode Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran, praktikan menggunakan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan jenis tugas/kegiatan-kegiatan pembelajaran sehingga akan menjadi lebih seimbang dan efisien dengan PBM, dimana nantinya guru mampu memodifikasi metode tersebut sedemikian rupa sehingga terjadi interaksi antara guru dengan siswa menjadi lebih baik.

d. Penggunaan Media Pembelajaran

Media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran harus disesuaikan dengan bidang studi yang bersangkutan. Seorang guru dituntut untuk bisa menentukan kapan penggunaan media pembelajaran sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan. Dalam penggunaan media pembelajaran penjaskes di SD Negeri Petompon 1, guru praktikan di tuntut untuk lebih kreatif dalam mengajar siswa di lapangan, karena kurang lengkapnya sarana dan prasarana penjaskes.

e. Variasi Dalam Pembelajaran

1) Variasi Suara

Dalam menyampaikan materi pelajaran guru praktikan harus mampu mengatur suaranya. Suara guru harus keras agar dapat didengar oleh siswa. Variasi suara ini penting dilakukan agar siswa tidak merasa bosan dan jenuh apalagi siswa tidak memperhatikan.

2) Variasi Teknik

Teknik CTL (*Contextual Teaching Learning*) akan berjalan dengan baik apabila praktikan sudah mampu memaksimalkan minat dan bakat siswa untuk berperan aktif.

3) Variasi Media

Seorang guru harus memperhatikan variasi penggunaan media dalam pembelajaran. Media yang digunakan pun harus disesuaikan dengan bidang studi yang bersangkutan dan sesuai dengan pokok bahasan yang diajarkan sehingga akan membantu mempermudah siswa dalam memahami materi pelajaran yang diajarkan. Selain menggunakan media power point, praktikan juga menggunakan media berupa kartu untuk metode pembelajaran berbasis permainan.

f. Memberikan Penguatan

Pemberian penguatan kepada siswa adalah suatu motivasi tersendiri agar siswa menjadi lebih tertarik pada materi pembelajaran. Guru harus memperhatikan cara dan metode penguatan yang benar agar lebih mengena. Dalam memberikan penguatan kepada siswa, praktikan memberikan pertanyaan kepada siswa tentang materi yang telah dijelaskan ataupun pengetahuan umum yang berkaitan dengan materi tersebut. Penguatan juga dilakukan dengan memberikan *reward* berupa poin nilai untuk siswa yang aktif dalam PBM.

g. Menulis di papan tulis

Untuk melengkapi kegiatan mengajar, praktikan masih merasa perlu untuk menggunakan media papan tulis. Ketika guru menulis di papan tulis selalu berada di sebelah kiri atau tidak membelakangi siswa dengan demikian sewaktu menulis di papan tulis guru praktikan dapat mengontrol situasi belajar mengajar. Namun pada praktiknya di SD Negeri Petompon 1, praktikan jarang menulis di papan tulis, hal ini sebabkan karena waktu pembelajaran penjaskes lebih sering dihabiskan di lapangan dibandingkan didalam kelas.

h. Mengkondisikan Situasi Siswa

Kondisi yang tenang dan 18ias18e adalah kondisi PBM yang sangat diharapkan oleh guru. Dalam mengkondisikan situasi belajar, agar siswa tenang dan dapat berkonsentrasi penuh, tindakan yang dilakukan oleh praktikan antara lain :

- 1) Mengkondisikan siswa untuk baris di depan apabila siswa tidak memperhatikan guru saat memberikan pengarahan
- 2) Praktikan tidak hanya berdiri di depan siswa sewaktu proses pembelajaran berlangsung berjalan mendekati siswa untuk mengoreksi tiap gerak siswa.
- 3) Memperhatikan siswa-siswa yang pikirannya tidak berkonsentrasi atau sedikit membuat gaduh, misalnya asyik sms, berbisik-bisik dengan temannya, mengantuk ataupun lainnya dengan memberikan pertanyaan atau memanggil nama siswa yang bersangkutan.

i. Memberikan Pertanyaan

Dalam memberikan pertanyaan secara tidak langsung 18ias18e motivasi yang baik pada siswa karena setelah diberikan pertanyaan siswa diberikan pula penguatan. Pertanyaan harus sesuai dengan materi yang diberikan. Pertanyaan ini dimaksudkan agar guru mengetahui apakah siswa selama PBM sudah mampu menerima materi yang diberikan.

j. Memberikan Balikan

Praktikan selalu memberikan balikan agar keseluruhan kegiatan pembelajaran dapat diketahui, apakah sudah sesuai tujuan atautkah belum. Apabila belum tercapai maka praktikan memberikan bimbingan dengan cara yang berbeda dari sebelumnya.

k. Menilai Hasil Belajar

Penilaian hasil belajar pada siswa selain berdasarkan pada tugas-tugas yang telah di berikan, juga dari ulangan mandiri dan Ulangan Tengah Semester. Tugas mandiri ataupun kelompok ini dapat diberikan pada setiap akhir bab atau setiap akhir pokok bahasan yang telah diajarkan.

l. Menutup Pelajaran

Menutup pelajaran oleh guru dimulai dari menyimpulkan materi yang telah diberikan kemudian memberikan tugas-tugas rumah untuk materi pada pertemuan berikutnya ataupun tugas dari apa yang telah diajarkan. Namun kadang-kadang juga memberikan post test pada siswa. Tujuan dari post test ini adalah apakah materi pelajaran dengan metode yang dilaksanakan sudah tepat atau belum. Praktikan memberikan motivasi yang membangun terhadap siswa dan memberitahukan materi apa yang akan dipelajari untuk pertemuan selanjutnya guru mengucapkan salam penutup.

5. Pelaksanaan Ujian Program Mengajar

Pelaksanaan ujian praktik mengajar umumnya dilaksanakan pada minggu terakhir praktik. Ujian praktik mengajar ini dinilai oleh guru pamong dan dosen pembimbing yang bersangkutan dengan melihat secara langsung proses belajar mengajar di kelas.

Pelaksanaan ujian mengajar dilaksanakan setelah mahasiswa praktikan dianggap telah benar-benar mandiri dalam pelaksanaan praktik mengajar.

1) Materi kegiatan

a) Pembuatan Perangkat Pembelajaran

Agar proses belajar mengajar di dalam kelas berjalan dengan baik, praktikan memerlukan suatu pedoman yang dapat digunakan sebagai acuan. Untuk itu, sebelum melaksanakan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di dalam kelas, praktikan membuat perangkat pembelajaran yang digunakan sebagai pedoman dalam KBM di dalam kelas.

Pembuatan perangkat pembelajaran dimulai dari pemahaman akan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP), pembuatan Program Tahunan, pembuatan Program Semester, pembuatan silabus dan pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran. Untuk membuat proses belajar mengajar menarik dan tidak

membuat bosan siswa, praktikan juga membuat media yang digunakan untuk mengajar serta beberapa soal untuk evaluasi tiap materi.

b) **Proses Belajar Mengajar**

Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dilakukan oleh praktikan sesuai dengan perangkat pembelajaran yang telah dibuat. Dalam KBM, praktikan memberikan materi dengan mengadakan latihan, memberikan tugas dan melakukan evaluasi.

6. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan akhir PPL II dilaksanakan pada minggu terakhir PPL II. Dalam penyusunan laporan akhir PPL II ini, praktikan mengkonsultasikan penyusunan laporan kepada dosen pembimbing dan guru pamong masing-masing untuk mendapatkan masukan-masukan tentang isi laporan akhir tersebut.

D. Proses Pembimbingan

Selama PPL di SD Negeri Petompon 1 Semarang, praktikan selalu menjaga komunikasi dan hubungan baik dengan guru pamong maupun dosen pembimbing, yaitu melalui bimbingan secara intern.

1. Bimbingan dengan Guru Pamong

Waktu : Setiap saat

Hal-hal yang dikoordinasikan:

- Bahan mengajar
- Pembuatan silabus
- Pembuatan RPP, Prota dan Promes
- Pengadaan Ulangan Harian
- Pemberian tugas
- Penggunaan media
- Penggunaan metode
- Hal-hal lain yang berhubungan dengan tugas-tugas keguruan

2. Bimbingan dengan Dosen Pembimbing

Waktu : setiap dosen pembimbing 20ias20e ke sekolah latihan

Hal-hal yang dikoordinasikan:

- Kesulitan-kesulitan selama PPL di sekolah latihan

- Bimbingan materi dan penggunaan metode yang efektif untuk PBM
- Masalah-masalah yang menghambat selama PPL di sekolah latihan
- Informasi-informasi terbaru baik dari sekolah latihan maupun UPT
- Pelaksanaan ujian praktek mengajar

E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat Selama PPL

1. Hal-hal yang Menghambat

- a. Kekurangan dan keterbatasan kemampuan praktikan, mengingat masih pada tahap belajar;
- b. Kesulitan menerapkan teori pembelajaran yang sudah dipelajari pada mata kuliah yang didapat, terkait dengan kondisi siswa saat di lapangan
- c. Keterbatasan sarana dan prasarana sehingga praktikan tidak dapat memberi semua materi selama di sekolah praktikan

2. Hal-hal yang Mendukung

- a. Guru pamong dan dosen pembimbing selalu siap apabila praktikan memerlukan bimbingan
- b. Proses bimbingan yang lancar
- c. Guru pamong dan dosen pembimbing selalu objektif dalam evaluasi
- d. Fasilitas sekolah SD Negeri Petompon 1 Semarang cukup mendukung dalam PBM
- e. Kondisi siswa yang mendukung dalam proses PBM, dalam hal ini siswa SD Negeri Petompon 1 Semarang aktif dan selalu siap dalam menerima materi pelajaran
- f. Dosen pembimbing cukup sering datang ke sekolah latihan
- g. Guru pamong memberikan kebebasan berkreasi sehingga proses pembelajaran bisa maksimal
- h. Adanya komunikasi yang baik dengan guru pamong maupun dosen pembimbing
- i. Penerimaan yang baik dari personil sekolah yang lain
- j. Adanya kerja sama yang baik antara pihak sekolah dengan mahasiswa praktikan sehingga memperlancar pelaksanaan program PPL

3. Dosen Koordinator, Dosen Pembimbing dan Guru Pamong PPL Tahap 2 UNNES 2012/2013 SD Negeri Petompon 01

a. Dosen Koordinator

PPL tahap 2 UNNES 2011/2012 di SD Negeri Petompon 01 dengan 12 peserta PPL dengan dosen koordinator Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd.

b. Dosen Pembimbing

PPL tahap 2 UNNES 2012/2013 di SD Negeri Petompon 1 dengan 2 peserta PPL dengan dosen pembimbing untuk praktikan jurusan PGPJSD adalah Drs. Bambang Priyono, M.Pd.

c. Guru Pamong

PPL tahap 2 UNNES 2012/2013 di SD Negeri Petompon 1 dengan 2 peserta PPL dengan guru pamong adalah Himawan Yudarmanto, A.Ma

BAB IV

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian serta pengalaman praktikan selama mengikuti dan melaksanakan PPL I dan II di SD Negeri Petompon 1 Semarang, maka praktikan dapat memberikan kesimpulan bahwa guru harus mampu melaksanakan proses belajar mengajar dengan baik. Guru harus mampu mengaktualisasikan pembelajaran sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat dengan baik dan tepat sasaran. Guru juga harus mampu menciptakan pembelajaran yang berdasarkan pada konsep PAIKEM saat proses belajar mengajar berlangsung agar tercipta situasi belajar yang menyenangkan, kondusif dan membuat suasana kelas menjadi lebih aktif. Dengan kemampuan mengelola kelas yang baik, guru dapat meningkatkan dan mengkondisikan karena perhatian siswa terhadap materi yang disampaikan oleh guru juga sangat membantu kelancaran proses belajar mengajar di kelas apalagi bagi siswa yang bermasalah di kelas.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswa PPL
 - a) Senantiasa menjaga dan menjalin komunikasi yang baik dengan mahasiswa PPL, guru-guru dan staf karyawan sekolah serta pihak UNNES tepatnya dengan dosen pembimbing dan dosen koordinator PPL.
 - b) Senantisa saling membantu selama pelaksanaan kegiatan PPL.
2. Untuk pihak sekolah
 - a) Sebagai mahasiswa PPL, guru praktikan memiliki beban yang cukup berat dalam menjalankan praktik kerja di sekolah, untuk itu diharapkan adanya motivasi dan dukungan dari berbagai pihak yang terkait dalam melaksanakan setiap kegiatan di sekolah.
 - b) Diharapkan SD Negeri 1 Semarang untuk senantiasa berupaya memperlengkapi diri dengan berbagai sumber dan media belajar untuk semua mata pelajaran tanpa terkecuali sehingga siswa akan lebih berkonsentrasi dan mempunyai daya tarik yang tinggi terhadap mata pelajaran yang di sampaikan oleh guru.
 - c) SD Negeri 1 Semarang diharapkan tetap bersedia bekerjasama dan menerima mahasiswa UNNES untuk tahun – tahun yang akan datang

3. Untuk Pihak UPT

Kepada lembaga Universitas agar terus–menerus menjalin kerjasama yang baik dengan instansi yang terkait dengan kegiatan PPL, khususnya dengan sekolah – sekolah.

Kepada siswa – siswi SD Negeri Petompon 1 Semarang yang parktikan cintai dan praktikan banggakan agar terus giat dan rajin belajar untuk meraih prestasi, dan cita-cita baik di bidang akademik maupun non akademik yang pada akhirnya mampu mewujudkan tujuan Pendidikan Nasional.

DAFTAR PUSTAKA

BSNP, 2006. *Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Depdiknas

PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2007. *Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) SD dan MI*. Solo

Buku pedoman PPL UNNES. 2012. UPT LP2M: Semarang.

SD Negeri Petompon 1 Semarang; 2012, *Program Kerja Sekolah*.

REFLEKSI DIRI

Ristya Astantry (6102409020), 2012. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) SD NEGERI PETOMPON 1 SEMARANG. Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar (PGPJSD) S1 Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang

Segala puji syukur atas rahmat serta karunia Allah SWT, karena dengan segala kebesaran-Nya praktikan dapat melaksanakan PPL 1 dan II dengan lancar sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga praktikan dapat menyusun laporan hasil dari pengamatan selama PPL II yang dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus sampai 20 Oktober 2012.

Praktik Pengalaman Lapangan yang selanjutnya di sebut PPL adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang diperoleh dalam semester-semester sebelumnya, sesuai dengan persyaratan yang telah ditetapkan agar mereka memperoleh pengalaman dan keterampilan lapangan dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran di sekolah atau di tempat latihan lainnya.

Penyelenggaraan PPL (Praktik Kerja Lapangan) I dan PPL (Praktik Kerja Lapangan) II dilakukan secara simultan di SD Negeri Petompon 01 yang di mulai sejak tanggal 31 Juli hingga tanggal 20 Oktober 2012.

Selama praktikan melakukan pengamatan di SD Negeri Petompon 01 yang bertempat di Jl. Kelud Raya no 1 telah diperoleh informasi sebagai berikut.

1. Kekuatan dan kelemahan pembelajaran mata pelajaran Penjasorkes

Kekuatan pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani (penjaskes) yang diampu oleh bapak Himawan Yudarmanto, A.Ma yaitu guru penjaskes sudah menerapkan metode PAKEM (Pembelajaran aktif, kreatif, dan menyenangkan) karena selama bulan ramadhan saat jam pelajaran penjaskes guru memberikan kebebasan kepada siswa untuk bermain sesuai dengan yang mereka sukai asalkan tidak keluar dari kelas, seperti bermain permaian catur, kartu gambar, monopoli, congklak,dan masih banyak lagi, alat permainan tersebut sengaja dibawa sendiri oleh masing-masing siswa. Di samping itu, guru penjaskes pun sangat kreatif karena walaupun sarana dan prasarana di SD Negeri Petompon 1 kurang namun beliau sangat kreatif dalam menciptakan permainan-permainan untuk siswa dengan menggunakan peralatan sederhana sehingga kekurangan sarana dan prasarana tersebut tidak menjadi kendala besar bagi guru penjaskes. Serta guru penjaskes SD Negeri Petompon 1 sangat dekat dengan siswa sehingga mereka selalu menantikan mata pelajaran penjaskes

Kelemahan pembelajaran mata pelajaran penjaskes yaitu kurang efektif, karena dibulan ramadhan pelajaran penjaskes hanya diisi dengan permainan saja tidak diselingi materi, Sebaiknya guru bisa membagi waktu pelajaran dengan memberi sedikit materi mengenai materi olahraga yang telah mereka dapatkan saat dilapangan setelah itu baru siswa diberi kebebasan untuk bermain agar waktu yang tersedia tidak terbuang dengan sia-sia. Serta kurang lengkap peralatan olahraga sehingga materi yang disampaikan oleh guru kurang dapat diterima oleh siswa.

2. Ketersediaan sarana dan prasarana

Di SD Negeri Petompon 01 Kota Semarang dikatakan masih sangat kurang khususnya sarana dan prasarana untuk mata pelajaran penjaskes, peralatan olahraga yang masih bisa digunakan hanya satu buah bola voli, satu buah bola takraw, satu buah bola sepak, satu buah pemukul kasti, dua buah bola basket, seperangkat perlengkapan tonis dan dua buah net (net bola voli dan net tonis) dan dua buah matras, selebihnya tidak dapat digunakan karena banyak yang sudah rusak. Jadi guru penjaskes menutupi kekurangan sarana dan prasarana olahraga dengan kreatifannya menciptakan permainan dengan peralatan yang

sederhana. Serta kurang luasnya lapangan sebagai media utama untuk memberikan materi penjasokes di lapangan.

3. Kualitas guru pamong dan dosen pembimbing

Kualitas guru pamong SD Negeri Petompon 01 sudah baik, dan professional dalam menjalankan tugasnya sebagai seorang guru mata pelajaran penjasorkes, guru pamong juga sangat baik dalam menjalin hubungan dengan staf dewan guru, siswa dan praktikan di sekolah praktikan, selain itu guru pamong juga sangat kreatif dalam memodifikasi alat serta permainan untuk siswanya

Dosen pembimbing yang diterjunkan di SD Negeri Petompon 01 adalah bapak Drs.Bambang Priyono,M.Pd, beliau merupakan salah satu dosen dari jurusan PJKR, beliau sangat professional dalam menjalankan tugasnya, baik, dan ramah kepada setiap mahasiswa sehingga para mahasiswa tidak sungkan untuk berguru ilmu kepada beliau.

4. Kualitas pembelajaran di sekolah latihan

Kualitas pembelajaran di SD Negeri Petompon 01 sudah baik, dan professional karena dalam pemberian materi ajar sesuai dengan kurikulum yang telah ditentukan, serta semua guru telah menerapkan metode pembelajaran PAKEM sehingga proses pembelajaran menyenangkan dan membosankan bagi siswa sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan baik.

5. Kemampuan praktikan

Selama praktikan mengikuti kegiatan PPL II yang meliputi kegiatan praktik mengajar terbimbing, praktik mengajar mandiri dan ujian praktik mengajar yang dilakukan pada hari selasa tanggal 09 oktober 2012 pukul 07.00 di SD Negeri Petompon 01. Diharapkan nantinya praktikan dapat menambah pengetahuan serta pengalaman dalam mengajar di lapangan dan di kelas dengan baik, lancar, dan tepat sasaran karena praktikan telah memperoleh pengalaman selama hampir 2,5 bulan dalam mengikuti kegiatan PPL I dan PPL II di sekolah praktikan yang meliputi proses pembelajaran, menjalin komunikasi dengan semua warga sekolah di lingkungan sekolah. Sehingga diharapkan praktikan yang telah mendapatkan semua pengalaman tersebut dapat menjadi seorang guru yang profesional serta menjadi panutan untuk semua warga sekolah.

6. Nilai Tambah yang diperoleh mahasiswa setelah melaksanakan PPL I dan PPL II

Nilai tambah yang diperoleh praktikan setelah melaksanakan PPL I yaitu praktikan dapat mengetahui serta memahami semua yang berkaitan dengan sekolah seperti administrasi sekolah, kurikulum kesiswaan, administrasi perangkat pembelajaran, bimbingan konseling, sistem dan metode yang digunakan guru dalam mengajar, serta cara guru mengkondisikan siswa. Sedangkan nilai tambah yang diperoleh praktikan selama melaksanakan PPL II yaitu praktikan menjadi tahu bagaimana cara mengkondisikan siswa saat di lapangan, cara menangani siswa yang tidak mengikuti proses pembelajaran dengan tertib, cara menciptakan proses pembelajaran yang kondusif dan menyenangkan untuk siswa.

7. Saran Pengembangan Bagi sekolah latihan dan UNNES

a. Saran pengembangan bagi sekolah latihan yaitu sebaiknya SD Negeri Petompon 01 yaitu dalam proses pembelajaran, terutama pembelajaran penjasorkes sebaiknya satu jam pelajaran tidak dihabiskan untuk permainan dikelas saja, bisa juga diberi materi atau pengetahuan umum yang berkaitan dengan dunia olahraga sehingga tidak siswa tidak hanya menguasai pratiknya saja melainkan siswa memiliki pengetahuan yang lebih mengenai dunia olahraga. Serta sebaiknya sarana dan prasarana pembelajaran penjasokes dilengkapi lagi agar semua siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan baik sesuai dengan tujuan pembelajaran dan disediakan tempat khusus untuk menyimpan peralatan

olahraga sehingga peralatan yang sudah ada dapat dirawat dengan baik dan tidak mudah rusak..

b. Saran pengembangan bagi Unnes yaitu sebaiknya dalam pemberian informasi lebih terperinci lagi mengenai semua hal yang berkaitan dengan PPL I dan II sehingga mahasiswa tidak merasa bingung. Serta diharapkan untuk PPL yang akan datang UNNES lebih mempersiapkan lagi mengenai semua hal yang berkaitan dengan kebutuhan PPL agar kedepannya hasil dari PPL yang akan datang dapat lebih baik lagi.

Semarang, 8 Oktober 2012

Praktikan

Ristya Astantry
NIM. 6102409020

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kalender Pendidikan SDN Petompon 01



PEMERINTAH KOTA SEMARANG
UPTD PENDIDIKAN KECAMATAN GAJAHMUNGKUR
SD NEGERI PETOMPON 01
Alamat : Jln. Kelud Raya No 1 Telp (024) 8317047 Semarang

KALENDER PENDIDIKAN
TAHUN PELAJARAN 2012/2013

BULAN	JULI 2012	AUGUSTUS 2012	SEPTEMBER 2012	OCTOBER 2012	NOPEMBER 2012	DESEMBER 2012
HARI	9	15	24	21	24	1
HINGGAI	23	6	3	8	5	5
SENIN	30	27	10	22	12	19
SELASA	31	28	11	23	13	20
RABU	25	29	12	24	14	21
KAMIS	19	20	13	27	15	22
JUMAT	27	31	14	28	16	23
SABTU	16	11	15	29	17	24
SUNDI	28	4	22	30	18	25

BULAN	JANUARI 2013	FEBRUARI 2013	MARET 2013	APRIL 2013	MER 2013	JUNI 2013
HARI	25	24	20	26	17	3
HINGGAI	7	4	4	1	6	6
SENIN	14	11	11	8	13	13
SELASA	15	12	12	9	14	14
RABU	22	19	19	16	21	21
KAMIS	23	20	20	17	22	22
JUMAT	30	27	27	24	29	29
SABTU	17	14	14	11	18	18
SUNDI	18	15	15	12	19	19
SUNDI	25	22	22	19	26	26
SUNDI	26	23	23	20	27	27

KETERANGAN :

- Tahun Pelajaran 2012/2013
- Hari-Hari Perdana Musak Satuan Pendidikan
- Waktu Pembelajaran Efektif
- Ulangan Akhir Semester/Konvensional Kelas
- Penilaian Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar
- Mengikuti Ujicoba Hari Besar Nasional
- Ulang Hari Minggu
- Ulang Ulangan
- Ulang Semester Gasal
- Ulang Semester Gasal/Ulang Akhir Tahun Pelajaran
- Perayaan Ulang Tahun
- Ulang Bulan Ramadhan, dan Sekelompok/Usia Hari Raya
- Ulang Hari Raya Idul Fitri
- Kegiatan Tengah Semester
- Tes Kompetensi Dasar
- Penilaian Ujian Nasional (PUN) (tahun)
- Penilaian Ujian Nasional (PUN) (gasal)
- Penyerahan Buku Laporan Hasil Belajar
- Tahun Pelajaran 2013/2014

Semarang, 23 Juli 2012
 Kepala Sekolah,

 Rita Herdiana S.Pd., M.Pd.
 NIP. 86602081 198304 2 007

2. Rencana Kegiatan Sehari – hari

RENCANA KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN DI SD NEGERI PETOMPON 01 SEMARANG

No	Rincian Kegiatan	Waktu
1.	Penerjunan mahasiswa PPL dan pengenalan sekolah.	Minggu I
2.	- Observasi fisik meliputi bangunan sekolah, lingkungan sekolah dan sarana prasarana/fasilitas Membantu mengisi kegiatan OR (mahasiswa PGPJSD)	Minggu I
3.	Observasi administrasi dan KBM	Minggu I
4.	Buka bersama dan tarawih di sekolah	Minggu I
5.	Observasi di kelas guru pamong	Minggu I
6.	Penyusunan laporan PPL 1	Minggu II
7.	Rapat Pembentukan Petugas Upacara 17 Agustus	Minggu II
8.	Mengkoordinasi pengumpulan zakat	Minggu II
9.	Latihan upacara 17 Agustus	Minggu III
10.	Libur hari Raya Idul Fitri 1433H	Minggu IV
11.	Halal bihalal	Minggu V
12.	Koordinasi jadwal praktik mengajar terbimbing dan Mandiri	Minggu V
14.	Mengajar ekstrakurikuler Pramuka	Minggu V
15.	praktik mengajar terbimbing	Minggu VI-VII
16.	Senam dan kegiatan Jumat bersih	Minggu VII
17.	praktik mengajar mandiri	Minggu VII-IX
18.	Membantu melengkapi administrasi sekolah	Minggu X
19	Praktik ujian mengajar	Minggu XI
20.	Lomba dalam rangka perpisahan	Minggu XI
21.	Mid Semester I	Minggu XII

Semarang, 08 Oktober 2012


Mengetahui

Kepala Sekolah,



R. Suprpto, S.Pd., M.Si
NIP. 19601010 198012 1 013

Guru Pamong



Himawan Yudarmanto, A.Ma
NIP. 19640322 198405 1 001

3. Lembar Kegiatan Praktikan Selama PPL 2

KEGIATAN PRAKTIKAN DI SEKOLAH LATIHAN

PPL Program : PPL 2 Sekolah : SD Negeri Petompon 01

Nama : Ristya Astantry Jurusan/Fakultas : PGPJSD/FIK

Bulan : September-Oktober

Hari/ Tanggal	Kegiatan	Hari/ Tanggal	Kegiatan
Jum'at, 31/08/2012	<ul style="list-style-type: none"> Praktik mengajar terbimbing kelas 6 	Rabu, 26/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama Praktik mengajar mandiri kelas 1 dan 2 Praktik mengajar mandiri kelas 3A
Sabtu, 01/09/2012		Kamis, 27/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Praktik mengajar mandiri kelas 3B
Senin, 03/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Upacara Aktif di kegiatan sekolah 	Jum'at, 28/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama Praktik mengajar mandiri kelas 6 Menemani murid kegiatan pramuka
Selasa, 04/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Praktik mengajar terbimbing kelas 5 dan 4 	Sabtu, 29/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Membantu guru pamong mengajar renang di Kodam
Rabu, 05/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama Praktik mengajar terbimbing kelas 1 dan 2 Praktik mengajar terbimbing kelas 3A 	Senin, 01/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Upacara Aktif di kegiatan sekolah
Kamis, 06/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Praktik mengajar terbimbing kelas 3B 	Selasa, 02/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Ujian Praktik Mengajar
Jum'at, 07/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi Praktik mengajar terbimbing kelas 6 Menemani murid kegiatan pramuka 	Rabu, 03/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama Mengajar kelas 1 dan 2
Sabtu, 08/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Melatih upacara 	Kamis, 04/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan PPL
Senin, 10/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Upacara Aktif di kegiatan sekolah 	Jum'at, 05/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama
Selasa, 11/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> Praktik mengajar mandiri kelas 5 dan 4 	Sabtu, 06/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> Senam pagi bersama Menemani murid kegiatan pramuka

Rabu, 12/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Senam pagi • Praktik mengajar mandiri kelas 1 dan 2 • Praktik mengajar mandiri kelas 3A • Mengisi kelas 6B 	Senin, 08/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Upacara
Kamis, 13/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Praktik mengajar mandiri kelas 3B 	Selasa, 09/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Ujian PPL
Jum'at, 14/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Praktik mengajar mandiri kelas 6 • Menemani murid kegiatan pramuka 	Rabu, 10/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Senam pagi
Sabtu, 15/09/12	<ul style="list-style-type: none"> • Melatih upacara 	Kamis, 11/10/2012	
Senin, 17/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Upacara 	Jum'at, 12/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Senam pagi
Selasa, 18/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Praktik mengajar mandiri kelas 5 dan 4 	Sabtu, 13/10/2012	-
Rabu, 19/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar kelas 1 dan 2 • Senam pagi 	Senin, 15/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Upacara
Kamis, 20/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Mengisi kelas 5A 	Selasa, 16/10/2012	
Jum'at, 21/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar kelas 6 • Menemani murid kegiatan pramuka 	Rabu, 17/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Senam pagi
Sabtu, 22/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Melatih upacara • Membantu guru pamong mengajar renang di Kodam 	Kamis, 18/10/2012	
Senin, 24/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Upacara 	Jum'at, 19/10/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Senam pagi
Selasa, 25/09/2012	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar kelas 5 dan 4 	Sabtu, 20/10/2012	


Semarang, 08 Oktober 2012

Mengetahui

Kepala Sekolah,

 R. Suprpto, S.Pd., M.Si
 NIP. 19601010 198012 1 013

Guru Pamong


 Himawan Yudarmanto, A.Ma
 NIP. 19640322 198405 1 001

**DAFTAR PRESENSI MAHASISWA PPL
JURUSAN PGSD DAN PGPJSD
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Sekolah latihan : SDN Petompon 01 Semarang
Bulan : September

No.	Nama Mahasiswa	NIM	Jurusan	Paraf (tanggal)																														Ket	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1.	Irfan Kusumaningtyas	1401409074	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
2.	Aprilia Nur Fitriani	1401409105	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
3.	Ilisha Ardiyanti Parahita	1401409283	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
4.	Nuraisyah Prhatini	1401409305	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
5.	Bungsu Astri Rachmadhani	1401409307	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
6.	Ayu Aprana Dewi	1401409371	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
7.	Kristin	1401909131	PGSD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
8.	Ariangga Catur Putro Wahyudi	6102409009	PGPISD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	
9.	Ristyva Astanary	6102409020	PGPISD	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	

Semarang, September 2012

Ketua Koordinator PPL

[Signature]

Ilisha Ardiyanti Parahita
NIM. 1401409283







5. Daftar Hadir Dosen Pembimbing

DAFTAR HADIR DOSEN PEMBIMBING PPL PRODI PGPJSD/TAHUN 2012

Sekolah/tempat latihan : SDN Petompon 1

Nama/NIP dosen pembimbing : Drs. Bambang Priyono, M.Pd./ 19600422 198601 1 001

Jurusan/fakultas : PGPJSD/FIK

No	Tanggal	Mahasiswa yang dibimbing	Materi Bimbingan	Tanda Tangan
1	17 Sep 2012	1. Ristya Astantri 2. Ariangga Astur. P.W	Pembelajaran PAJEM harus dilaksanakan dengan baik.	
2	25 Sep 2012	1. Ristya Astantri 2. Ariangga Astur. P.W	Pengelolaan kelas harus lebih baik lagi.	
3	02 Okt 2012	1. Ristya Astantri 2. Ariangga Astur. P.W	Melihat perkembangan PPL Mahasiswa PPL dalam mengajar	
4	03 Okt 2012	1. Ristya 2. Ariangga	Ujian praktik mengajar	
5				
6				
7				

Semarang, 28 September 2012

Kepala Sekolah



Rita Hidayati, S.Pd., M.Pd










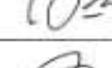

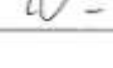
NIP. 19620831 198304 2 007

6. Kartu Bimbingan Praktik Mengajar

KARTU BIMBINGAN PRAKTIK MENGAJAR MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Tempat praktik :

MAHASISWA			DOSEN PEMBIMBING		
Nama : Ristya Astantry			Nama : Drs. Bambang Priyono, M.Pd		
NIM/Prodi : 6102409020/PGPJSD			NIP : 19600422 198601 1 001		
Fakultas : FIK			Fakultas : FIK		
GURU PAMONG			KEPALA SEKOLAH		
Nama : Himawan Yudarnanto, A.Ma			Nama : Rita Hermiati, S.Pd. M.P.d		
NIP : 19640322 198405 1 001			NIP : 19620831 198304 2 007		
Bid.Studi : Penjasorkes					
No	Tanggal	Materi Pokok	Tanda Tangan		
			Kelas	Dosen Pembimbing	Guru Pamong
1	31/08/2012	→ Gerak dasar salah satu permainan bola besar → Permainan " Bola Basket "	6B		
2	04/09/2012	→ Akurabilitas untuk kecepatan & kualitas gerak yang diinginkan → Permainan "Ara Bangun Merak"	5B		
3	04/09/2012	→ Gerak dasar dalam permainan bola kecil → Permainan " Bola basket "	4A		
4	05/09/2012	→ Gerak dasar jalan, lari, & melompat → Permainan "Kanguru Me-Lompat "	1B		
5	05/09/2012	→ Gerak dasar melempar, menangkap, menendang dan menggiring bola ke berbagai arah → Permainan "Kang BOLA"	2A		
6	06/09/2012	→ Keseimbangan Bolaam baik secara kontrol dasar → Permainan "Gembira Jajaja"	3B		
7	07/09/2012	→ Gerak dasar salah satu permainan Bola besar dengan koordinasi & kontrol yang baik. → Permainan "Pukuk Mini"	6A		
8	11/09/2012	→ Melakukan gerak dasar ke dalam menciptakan permainan bola kecil → Permainan "GOLBOLA"	5A		
9	11/09/2012	→ Gerak dasar dalam permainan bola besar → Permainan "bola basket tempel"	4B		


10	12/09/2012	→ mendemonstrasikan sikap tubuh dalam posisi berdiri & berjalan	1A		
11	12/09/2012	→ Aktivitas untuk melatih keseimbangan statis & dinamis → Permainan "Bola Bata Jatuh"	2B		
12	13/09/2012	→ kombinasi gerak dasar melempar, menangkap & menahan → permainan "bola basket"	3B		
13	18/09/2012	→ variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil → permainan Lempar-Tangkap	5B		
14	18/09/2012	→ gerak dasar permainan bola besar → permainan "Bola Basket BPAI"	4A		
15	09/10/2012	→ Kebugaran Jasmani (USAJ)	5B		

Semarang, 01 Oktober 2012

Mengetahui,

Kepala SD Petompon 01,

Rita Herjanti, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19820831 198304 2 007

Koordinator Dosen Pembimbing,

Agus Widodo Suropto, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19800907 200812 1 002

7. Daftar Hadir Dosen Koordinator

DAFTAR HADIR DOSEN KOORDINATOR PPL Tahun 2012

Nama : Ristya Astantry
NIM : 6102409020
Prodi : PGPJSD
Fakultas : FIK
Sekolah latihan : SD PETOMPON 1
Nama koordinator dosen pembimbing: : Agus Widodo Suropto, S.Pd, M.Pd

No	Tanggal	Materi Kunjungan	Tanda Tangan
1.	31 Juli 2012	Penerjunan Mahasiswa PPL ke sekolah praktikan di SD PETOMPON 01	
2.	02 Oktober 2012	Melihat keadaan mahasiswa PPL dan memastikan tanggal penarikan mahasiswa PPL	
3.	20 Oktober 2012	Perpisahan dan penarikan mahasiswa PPL	
4.			
5.			

Semarang, 04 Oktober 2012

Kepala SD Petompon 01,

Rita Herjanti, S.Pd, M.Pd
DINAS PENDIDIKAN
SEMARANG
NIP. 19620831 198304 2 007

8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

a. RPP Terbimbing



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Disusun guna melaksanakan Latihan Mengajar Terbimbing
Praktik Pengalaman Lapangan 2



Disusun Oleh :

Nama : Ristya Astantry

NIM : 6102409020

Prodi : PGPJSD

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2012

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD Petompon 01

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas : 6B (Enam)

Semester : 1 (satu)

Alokasi Waktu : 2x 45 menit (1 x pertemuan)

Standar Kompetensi (SK)

1. Mempraktikkan berbagai gerak dasar permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar (KD)

1.2 Mempraktikkan gerak dasar salah satu permainan bola besar dengan koordinasi dan kontrol yang baik dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran.

Indikator

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat mengetahui berbagai gerakan dasar dalam permainan bola basket
2. Siswa dapat melakukan berbagai gerakan dasar passing (melempar bola), dribbling (menggiring bola), dan shooting (menembak) bola basket baik dan benar
3. Siswa dapat mengetahui berbagai contoh gerakan passing, dribbling, dan shooting

Proses

1. Mengamati gerakan dasar permainan bola basket yang dilakukan oleh guru sebagai contoh
2. Memperhatikan penjelasan dan instruksi guru

Psikomotor

1. Siswa mampu melakukan passing
2. Siswa mampu melakukan dribbling

3. Siswa mampu melakukan shooting

Afektif

Perilaku berkarakter

1. Siswa dapat disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Bersemangat dan sungguh-sungguh dalam pembelajaran
3. Siswa dapat melatih kekompakan antar teman satu regu

Keterampilan sosial

1. Bekerjasama dengan teman dalam melakukan gerak dasar permainan bola basket
2. Bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Mendengarkan penjelasan guru, dan memperhatikan pertanyaan atau jawaban siswa lain
4. Percaya diri, serta mau bekerja sama dengan kawan untuk menjaga kekompakan regu saat melakukan gerak dasar lempar tangkap bola

Tujuan Pembelajaran

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara melakukan gerakan passing, dribbling, dan shooting bola basket dengan baik dan benar
2. Siswa dapat mengetahui bagaimana cara untuk menjaga kekompakan regu saat melakukan permainan bola basket

Proses

1. Secara berkelompok, siswa mengamati karakteristik perubahan gerak dasar passing, dribbling, dan shooting yang dilakukan oleh guru dalam pembelajaran
2. Melakukan diskusi dan pencarian informasi tentang cara-cara melakukan gerak dasar passing, dribbling, dan shooting dengan baik dan benar

Psikomotor

1. Anak mampu melakukan latihan pemanasan dengan benar

2. Setiap siswa berbaris sesuai dengan kelompoknya masing-masing
3. Semua siswa melakukan gerakan dasar gerak dasar passing, dribbling, dan shooting dengan teknik yang benar dan mantap

Afektif

Perilaku Berkarakter

1. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran
2. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas pembelajaran

Keterampilan Sosial

1. Melakukan gerakan gerak dasar passing, dribbling, dan shooting bersama-sama dengan siswa menunjukkan sikap kerjasama, kekompakan serta semangat.
2. Pada saat diberi kesempatan, siswa bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Pada saat guru menjelaskan, siswa memperhatikan
4. Pada saat siswa lain bertanya atau menjawab pertanyaan guru, seluruh siswa mendengarkan dan memperhatikan
5. Pada saat melakukan tugas-tugas pembelajaran, siswa melaksakannya dengan penuh percaya diri, serta mau bekerja sama dengan kawan untuk menjaga kekompakan regu saat melakukan gerakan dasar lempar tangkap bola

Materi Pembelajaran

Pembelajaran dasar-dasar dalam bermain bola besar melalui permainan bola basket

Model/Pendekatan/Strategi/Metode/Teknik Pembelajaran

Model/Pendekatan : Pembelajaran PAIKEM

Strategi : Game – Drill

Metode/teknik : (bagian – keseluruhan – gabungan), Diskusi, tugas, dan tanya jawab,

Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Persiapan Guru Penjasorkes Sebelum Pembelajaran

- a. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi, lembar penilaian, lembar tugas).
- b. Menyiapkan peralatan (bola basket, bola plastik)
- c. Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respons siswa

2. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- a. Berdoa dan presensi. Siswa berbaris dengan tertib dan disiplin
- b. Apersepsi (menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa). Saat ini, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerak dasar passing, dribbling, dan shooting
- c. Menyampaikan ruang lingkup materi gerakan bola tangan yang akan dipelajari.
- d. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa
- e. Pemanasan dilakukan dengan “permainan hitam hijau”

3. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Siswa dibagi menjadi dua kelompok kemudian baris berbanjar dan saling berhadapan, anak yang berada di depan dengan membawa bola basket melakukan passing pada teman yang ada didepannya, setelah melakukan passing siswa tersebut kembali ke belakang barisannya dan begitu seterusnya. Jika sudah selesai diganti dengan gerakan dribbling dan shooting, pada gerakan dribbling dan shooting jarak antara kelompok satu dengan yang lain lebih jauh lagi. Hal tersebut dilakukan secara bergantian hingga batas waktu yang telah ditentukan.

b. Permainan Bola Basket

Permainan ini dilakukan dengan batas waktu yang lebih pendek dari permainan basket pada aslinya. Bagi kelompok yang lebih dahulu mengumpulkan 5 point pada batas waktu yang telah ditentukan maka kelompok tersebut yang menang. Bagi kelompok yang menang akan diberi reward oleh guru dan bagi kelompok yang kalah maka akan mendapatkan hukuman yang disesuaikan dengan kondisi siswa

c. Pertanyaan elaborasi respons siswa ke 1

Pada akhir permainan ke 1, guru menanyakan “dengan cara apa permainan ini dilakukan?”, dan “bagaimana permainan ini dilakukan agar permainan dapat dimenangkan?”

Siswa menjawab berdasarkan pengalaman cara hitam hijau pada permainan 1.

d. Tugas latihan ke 1

Berdasarkan jawaban siswa yang mengarah kepada respon gerak yang relevansi, guru menugaskan siswa untuk berlatih secara berkelompok. Jumlah dan lama latihan respon ini disesuaikan dengan waktu yang ada (modifikasi).

4. Kegiatan Penutup (10 menit)

Pendinginan Refleksi Pengalaman Belajar Siswa. Siswa diberi kesempatan untuk menemukan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajarinya

- a. Evaluasi Umum terhadap Proses dan Hasil Belajar Siswa (pengetahuan, sikap, dan keterampilan).
- b. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok
- c. Tindak Lanjut (pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari dan kegiatan pembelajaran berikutnya).

5. Sumber Belajar/ Media Pembelajaran

a. Sumber belajar

- Tim Abdi Guru, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan kelas 6* Erlangga, 2007
- Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI

b. Media pembelajaran.

- Peluit
- Bola

c. Prasana

Lapangan yang dimodifikasi, aman dan nyaman dipakai pembelajaran gerakan dasar-dasar lempar tangkap bola

PENILAIAN

Penilaian aspek kognitif (N₁)

Penilaian aspek kognitif dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan dalam bentuk lisan sesuai dengan materi pembelajaran. Setiap pertanyaan mempunyai bobot 5.

Bobot penilaian aspek kognitif adalah 30.

Skor maksimal adalah 20.

Daftar pertanyaan:

1. Jelaskan yang dimaksud dengan bola tangan ?
2. Jelaskan bagaimana cara melakukan melempar bola basket ke dalam ring dengan baik dan benar?
3. Jelaskan mengapa saat melakukan gerak melempar bola harus dengan sikap dan teknik yang benar?

Penilaian aspek afektif (N₂)

Penilaian aspek afektif yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pengamatan.

Bobot penilaian afektif adalah 30

Skor maksimal adalah 16.

Lembar Pengamatan Aspek Afektif/ perilaku Siswa selama Pembelajaran.

Petunjuk: Berilah angka 1 – 4*) pada kolom sikap yang diamati skor sesuai dengan sikap yang ditunjukkan oleh siswa selama proses pembelajaran.

No	Nama Siswa	Sikap Yang Diamati				Jumlah Skor
		Kerjasama dengan teman/ tim	Berse semangat dalam melakukan setiap tugas gerak	Mentaati aturan setiap tugas gerak	Menghargai saran/ pendapat teman	
1.						
2.						
3.						

*) 1. Kurang 2. Cukup 3. Baik 4. Baik Sekali

Penilaian aspek psikomotor (N₃)

Penilaian aspek psikomotor yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada unjuk kerja/ gerak yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran. Penilaian dilaksanakan selama pembelajaran dengan menggunakan rubrik penilaian.

Bobot penilaian psikomotor adalah 40

Rubrik Penilaian Pertemuan 1

Unjuk Kerja Siswa pada Gerak Memasukan Bola Ke Dalam Ring

No	Nama siswa	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
			1	2	3	4
1.		1 Sikap awal sebelum melakukan gerak melempar bola				
		2 Gerakan badan dan tangan saat memasukan bola				
		3 Hasil akhir setelah melempar bola ke ring				
		Jumlah skor				

Keterangan: 1. Kurang 2. Cukup 3. Baik 4. Baik Sekali

Nilai akhir (NA) yang diperoleh siswa:

$$NA = \frac{(N_1 \times 30) + (N_2 \times 30) + (N_3 \times 40)}{\Sigma \text{Skor maksimal}}$$

Catatan :

.....
.....
.....

Semarang, 31 September 2012

Mengetahui,

Guru Pamong,



Himawan Yudarmanto, A.Ma
NIP. 19640322 198405 1 001

Guru Praktikan,



Ristya Astantry
NIM. 6102409020



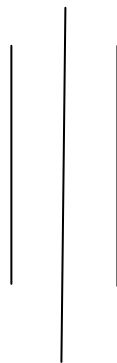
Kepala SD Petompon 01,
Rita Herjanti, S.Pd, M.Pd
NIP. 19620831 198304 2 007

b. RPP Mandiri



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Disusun guna melaksanakan Latihan Mengajar Mandiri
Praktik Pengalaman Lapangan 2



Disusun Oleh :

Nama : Ristya Astantry

NIM : 6102409020

Prodi : PGPJSD

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2012

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN Petompon 01

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Kelas : 2B (Dua)

Semester : 1 (satu)

Alokasi Waktu : 2x 35 menit (1 x pertemuan)

Standar Kompetensi (SK)

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

Kompetensi Dasar (KD)

- 2.2 Mempraktikan berbagai aktivitas untuk melatih keseimbangan statis dan dinamis, serta nilai disiplin dan estetika.

Indikator

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat mengetahui cara melakukan latihan keseimbangan statis yaitu berdiri
2. Siswa dapat mengetahui cara melakukan latihan keseimbangan dinamis yaitu berjalan dan berlari

Proses

1. Mengamati gerakan dasar melempar yang dilakukan oleh guru sebagai contoh
2. Memperhatikan penjelasan dan instruksi guru

Psikomotor

1. Siswa mampu melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berdiri
2. Siswa mampu melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berjalan
3. Siswa mampu melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berlari

Afektif

Perilaku berkarakter

1. Siswa dapat disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Bersemangat dan sungguh-sungguh dalam pembelajaran
3. Siswa dapat melatih kekompakan antar teman satu regu

Keterampilan sosial

1. Bekerjasama dengan teman dalam melakukan gerak dasar permainan lempar tangkap
2. Bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Mendengarkan penjelasan guru, dan memperhatikan pertanyaan atau jawaban siswa lain
4. Percaya diri, serta mau bekerja sama dengan kawan untuk menjaga kekompakan regu saat melakukan latihan dasar kebugaran jasmani keseimbangan statis dan dinamis,

Tujuan Pembelajaran

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berdiri dengan baik
2. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berjalan dengan baik
3. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berlari dengan baik

Proses

1. Secara berkelompok, siswa mengamati gerak dasar latihan keseimbangan berdiri, berjalan dan berlari dengan baik

Psikomotor

1. Siswa mampu melakukan latihan pemanasan dengan baik dan benar
2. Siswa mampu melakukan gerakan dasar latihan keseimbangan berdiri dengan baik dan benar
3. Siswa mampu melakukan gerakan dasar latihan keseimbangan berjalan dengan baik dan benar
4. Siswa mampu melakukan gerakan dasar latihan keseimbangan berlari
5. Setiap siswa berbaris sesuai dengan kelompoknya masing-masing
6. Semua siswa melakukan gerakan dasar jalan dan lari melalui permainan sederhana dengan baik dan benar.

Afektif

Perilaku Berkarakter

1. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran
2. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas pembelajaran

Keterampilan Sosial

1. Melakukan gerakan dasar latihan keseimbangan berdiri, berjalan dan berlari dengan baik dan benar serta dengan siswa menunjukkan sikap kerjasama, kekompakan serta semangat.
2. Pada saat diberi kesempatan, siswa bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Pada saat guru menjelaskan, siswa memperhatikan
4. Pada saat siswa lain bertanya atau menjawab pertanyaan guru, seluruh siswa mendengarkan dan memperhatikan

Materi Pembelajaran

Pembelajaran gerak dasar latihan keseimbangan berdiri, berjalan dan berlari dengan baik

Model/Pendekatan/Strategi/Metode/Teknik Pembelajaran

Model/Pendekatan : Pembelajaran PAIKEM

Strategi : Game – Drill

Metode/teknik : (bagian – keseluruhan – gabungan), Diskusi, tugas, dan tanya jawab,

Langkah-Langkah Pembelajaran

6. Persiapan Guru Penjasorkes Sebelum Pembelajaran

- a. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi, lembar penilaian).
- b. Menyiapkan peralatan (Buku, Batu, Mangkok Kertas, botol plastik)
- c. Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respons siswa

7. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

- a. Berdoa dan presensi. Siswa berbaris dengan tertib dan disiplin
- b. Apersepsi (menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa). Saat ini, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerakan futsal
- c. Menyampaikan ruang lingkup materi gerakan futsal yang akan dipelajari.
- d. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa
- e. Pemanasan dilakukan dengan “Bebaskan Tawanan”

8. Kegiatan Inti (60 menit)

e. Permainan “Ga Boleh Jatuh”

Permainan “Ga Boleh Jatuh” pada lapangan yang telah dimodifikasi, permainan diawali dengan semua siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kemudian dibariskan berbanjar sesuai dengan kelompoknya masing-masing dan berdiri dibelakang garis start. Siswa pada barisan pertama lebih dahulu berjalan hingga batas pertama yang telah ditentukan kemudian bersikap kapal terbang yaitu dengan mengarahkan satu kaki kebelakang dan kedua tangan di rentangkan, setelah itu mengambil satu botol plastik dan menaruh di atas kepala kemudian berjalan hingga batas ke dua yang telah ditentukan, setelah itu mengganti botol plastik dengan mangkok kertas yang telah di isi dengan batu kecil dan berlari hingga batas terakhir, apabila saat melakukan berjalan, dan berlari

botol dan mangkok kertas tersebut jatuh maka siswa harus segera mengambil dan melanjutkan permainannya kembali

f. Pertanyaan elaborasi respons siswa ke 1

Pada akhir permainan ke 1, guru menanyakan “dengan cara apa permainan ini dilakukan?”, dan “bagaimana permainan ini dilakukan agar permainan dapat dimenangkan?”

Siswa menjawab berdasarkan pengalaman cara hitam hijau pada permainan 1.

g. Tugas latihan ke 1

Berdasarkan jawaban siswa yang mengarah kepada respon gerak yang relevansi, guru menugaskan siswa untuk berlatih secara berkelompok. Jumlah dan lama latihan respon ini disesuaikan dengan waktu yang ada (modifikasi).

9. Kegiatan Penutup (10 menit)

Pendinginan Refleksi Pengalaman Belajar Siswa. Siswa diberi kesempatan untuk menemukan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajarinya

- a. Evaluasi Umum terhadap Proses dan Hasil Belajar Siswa (pengetahuan, sikap, dan keterampilan).
- b. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok
- c. Tindak Lanjut (pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari dan kegiatan pembelajaran berikutnya).

10. Sumber Belajar/ Media Pembelajaran

a. Sumber belajar

- Tim Abdi Guru, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan kelas 2* Erlangga, 2007
- Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI

b. Media pembelajaran.

- Peluit
- Botol plastik yang di isi pasir
- Batu
- Mangkok kertas

c. Prasana

Lapangan yang dimodifikasi, aman dan nyaman dipakai pembelajaran gerakan dasar-dasar lempar tangkap bola

PENILAIAN

Penilaian aspek kognitif (N₁)

Penilaian aspek kognitif dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan dalam bentuk lisan sesuai dengan materi pembelajaran. Setiap pertanyaan mempunyai bobot 5.

Bobot penilaian aspek kognitif adalah 30.

Skor maksimal adalah 20.

Daftar pertanyaan:

1. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berdiri yang baik dan benar?
2. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berjalan yang baik dan benar?
3. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerak dasar latihan keseimbangan berjalan yang baik dan benar?
4. Jelaskan mengapa saat melakukan gerak basket harus menjaga kekompakan?

Penilaian aspek afektif (N₂)

Penilaian aspek afektif yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pengamatan.

Bobot penilaian afektif adalah 30

Skor maksimal adalah 16.

Lembar Pengamatan Aspek Afektif/ perilaku Siswa selama Pembelajaran.

Petunjuk: Berilah angka 1 – 4*) pada kolom sikap yang diamati skor sesuai dengan sikap yang ditunjukkan oleh siswa selama proses pembelajaran.

No	Nama Siswa	Sikap Yang Diamati			Jumlah Skor
		Kerjasama dengan teman/ tim	Bersemangat dalam melakukan setiap tugas gerak	Mentaati aturan setiap tugas gerak	
1.					
2.					
3.					

Penilaian aspek psikomotor (N₃)

Penilaian aspek psikomotor yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada unjuk kerja/ gerak yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran. Penilaian dilaksanakan selama pembelajaran dengan menggunakan rubrik penilaian.

Bobot penilaian psikomotor adalah 40

Skor maksimal adalah 12

Rubrik Penilaian Pertemuan 1

Unjuk Kerja Siswa pada Gerak Latihan Dasar Keseimbangan Berdiri, Berjalan dan Berlari

No	Nama Siswa	Kriteria Penilaian			Jumlah Nilai
		Keseimbangan Berdiri	Keseimbangan Berdiri	Keseimbangan Berdiri	
1					
2					
3					

Nilai akhir (NA) yang diperoleh siswa:

$$NA = \frac{(N_1 \times 30) + (N_2 \times 30) + (N_3 \times 40)}{\Sigma \text{Skor maksimal}}$$

Catatan :

.....

.....

.....

.....

Semarang, 12 September 2012

Mengetahui,

Guru Pamong,



Himawan Yudarmanto, A.Ma
NIP. 19640322 198405 1 001

Guru Praktikan,



Ristya Astantry
NIM. 6102409020



c. RPP Ujian



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Disusun guna melaksanakan Ujian Praktik Pengalaman Lapangan 2
Di SD Negeri Petompon 01

Guru Pamong : Himawan Yudarmanto, A.Ma

Dosen Pembimbing : Drs. Bambang Priyono, M.Pd



Disusun Oleh :

Nama : Ristya Astantry

NIM : 6102409020

Prodi : PGPJSD

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2012

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
PEMBELAJARAN KEBUGARAN JASMANI

Satuan Pendidikan : SD Negeri Petompon 01
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas : 5B (Lima)
Semester : 1 (satu)
Alokasi Waktu : 4x 35 menit (1 x pertemuan)

Standar Kompetensi (SK)

2. Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai- nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar (KD)

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

2.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kecepatan dan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran.

Indikator

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat mengetahui cara melakukan latihan kebugaran jasmani yang baik dan benar.

Proses

1. Mengamati gerakan dasar latihan kebugaran jasmani yang dilakukan oleh guru sebagai contoh
2. Memperhatikan penjelasan dan instruksi guru

Psikomotor

1. Siswa mampu melakukan gerak dasar latihan kebugaran jasmani yang meliputi latihan gerakan saling menarik, lari bolak-balik, dan push up

Afektif

Perilaku berkarakter

1. Siswa dapat disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran.
2. Bersemangat dan sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran
3. Siswa dapat melatih kekompakan antar teman satu regu

Keterampilan sosial

1. Bekerjasama dengan teman dalam melakukan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani melalui permainan sederhana
2. Bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Mendengarkan penjelasan guru, dan memperhatikan pertanyaan atau jawaban siswa lain
4. Percaya diri, serta mau bekerja sama dengan kawan untuk menjaga kekompakan regu saat melakukan gerak dasar.

Tujuan Pembelajaran

Kognitif

Produk

1. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara meningkatkan kebugaran jasmani mereka.
2. Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara melakukan latihan dasar kebugaran jasmani dengan baik dan benar.

Proses

1. berkelompok, siswa mengamati gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani dengan baik

Psikomotor

1. Siswa mampu melakukan latihan pemanasan dengan baik dan benar
2. Siswa mampu melakukan gerakan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani yang meliputi latihan gerakan saling menarik, lari bolak-balik, dan gerakan push up dengan baik dan benar
3. Setiap siswa berbaris sesuai dengan kelompoknya masing-masing

4. Semua siswa melakukan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dengan baik dan benar.

Afektif

Perilaku Berkarakter

1. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap disiplin dalam melakukan setiap tugas pembelajaran
2. Mengikuti proses pembelajaran, dan menunjukkan sikap semangat dan bersungguh-sungguh dalam melakukan tugas pembelajaran

Keterampilan Sosial

1. Melakukan gerak latihan dasar kebugaran jasmani dengan baik dan benar serta dengan siswa menunjukkan sikap kerjasama, kekompakan serta semangat.
2. Pada saat diberi kesempatan, siswa bertanya dan berpendapat saat pembelajaran
3. Pada saat guru menjelaskan, siswa memperhatikan
4. Pada saat siswa lain bertanya atau menjawab pertanyaan guru, seluruh siswa mendengarkan dan memperhatikan

Materi Pembelajaran

Pembelajaran gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani dengan baik dan benar

Model/Pendekatan/Strategi/Metode/Teknik Pembelajaran

Model/Pendekatan : Pembelajaran PAIKEM

Strategi : Game

Metode/teknik : (bagian – keseluruhan – gabungan), dan tanya jawab,

Langkah-Langkah Pembelajaran

11. Persiapan Guru Penjasorkes Sebelum Pembelajaran

1. Menyiapkan perangkat pembelajaran (silabus, RPP, lembar presensi, lembar penilaian).
2. Menyiapkan peralatan (bola tangan, bakul yang terbuat dari bambu (untuk menaruh bola) tali rafia)
3. Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respons siswa

12. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

1. Berdoa dan presensi. Siswa berbaris dengan tertib dan disiplin
2. Apersepsi (menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa). Saat ini, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerakan latihan dasar kebugaran jasmani
3. Menyampaikan ruang lingkup materi gerakan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani yang meliputi latihan gerakan saling menarik, lari bolak-balik, dan push up dengan baik dan benar yang akan dipelajari.
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa
5. Pemanasan dilakukan dengan “Peregangan”

13. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Siswa diberi arahan untuk materi pertama yaitu latihan gerakan saling menarik yang akan dilakukan. Siswa diperintahkan untuk saling berpasangan. Kemudian siswa yang sudah menemukan pasangan langsung saling berhadapan dengan ditengahnya telah diberi tali rafia sebagai pembatasnya. Saat aba – aba dimulai semua siswa saling tarik menarik agar lawan menginjak batas tali rafia. Bagi siswa yang mampu menarik lawannya untuk menginjak tali rafia maka jadi pemenangnya.
- b. Siswa diberi arahan untuk materi kedua yaitu latihan lari bolak - balik yang akan dilakukan. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan dibariskan sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Kemudian masing – masing kelompok diberi beberapa buah bola tangan dan bakul untuk menaruh bola tangan tersebut yang telah ditempatkan di garis finis. Siswa yang berada dibarisan pertama langsung mengambil bola tangan yang berada di sebelah kanannya dan berlari menuju bakul untuk menaruh bolanya dan kembali lagi kemudian

memukul pundak temannya, dan begitu seterusnya. Bagi yang sudah berlari langsung kebarisan yang paling belakang. Bagi kelompok yang kalah diberi sanksi berupa push up 5 kali, dan bagi kelompok yang menang diberi reward dari guru

Pertanyaan elaborasi respons siswa

Pada akhir materi ke 1, guru menanyakan “bagaimana cara menahan badan kita agar tidak tertarik oleh musuh ?” dan “ Kesulitan apa yang kalian temukan saat melakukan gerak tarik menarik?”,

Pada materi ke 2, guru menanyakan “bagaimana permainan ini dilakukan agar dapat dimenangkan ?” dan “mengapa harus menjaga kekompakan kelompok?”.

14. Kegiatan Penutup (10 menit)

Pendinginan

- a. Refleksi Pengalaman Belajar Siswa. Siswa diberi kesempatan untuk menemukan pendapat tentang hal- hal yang baru dipelajarinya
- b. Evaluasi Umum terhadap Proses dan Hasil Belajar Siswa (pengetahuan, sikap, dan keterampilan).
- c. Apresiasi yaitu memberikan penghargaan atas hasil kerja siswa, baik kelompok
- d. Tindak Lanjut (pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari dan kegiatan pembelajaran berikutnya).

15. Sumber Belajar/ Media Pembelajaran

d. Sumber belajar

- Tim Abdi Guru, *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan kelas 5* Erlangga, 2007
- Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI

e. Media pembelajaran.

- Peluit
- Tali rafia
- Bola tangan

f. Prasana

Lapangan yang dimodifikasi, aman dan nyaman dipakai Pembelajaran gerak dasar melempar dan menangkap bola kecil

PENILAIAN

Penilaian aspek kognitif (N₁)

Penilaian aspek kognitif dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan dalam bentuk lisan sesuai dengan materi pembelajaran. Setiap pertanyaan mempunyai bobot 5.

Bobot penilaian aspek kognitif adalah 30.

Skor maksimal adalah 20.

Daftar pertanyaan:

1. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerakan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani pada latihan gerakan saling menarik dengan baik dan benar?
2. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerakan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani pada latihan gerakan saling lari bolak-balik dengan baik dan benar?
3. Jelaskan bagaiman cara melakukan gerakan gerak dasar latihan dasar kebugaran jasmani pada latihan gerakan push up dengan baik dan benar?

Penilaian aspek afektif (N₂)

Penilaian aspek afektif yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pengamatan.

Bobot penilaian afektif adalah 30

Skor maksimal adalah 16

No	Nama Siswa	Sikap Yang Diamati		Jumlah Skor
		Bersemangat dalam melakukan setiap tugas gerak	Mentaati aturan setiap tugas gerak	
1.				
2.				
3.				

Penilaian aspek psikomotor (N₃)

Penilaian aspek psikomotor yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada unjuk kerja/ gerak yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran. Penilaian dilaksanakan selama pembelajaran dengan menggunakan rubrik penilaian.

Bobot penilaian psikomotor adalah 40

Skor maksimal adalah 12.

Rubrik Penilaian Pertemuan 1

Unjuk Kerja Siswa pada Gerak Dasar Lempar Tangkap Bola Tennis

No	Nama Siswa	Kriteria Penilaian			Jumlah Nilai
		Kekuatan Otot Lengan	Kecepatan lari	Push up	
1					
2					
3					

Nilai akhir (NA) yang diperoleh siswa:

$$NA = \frac{(N_1 \times 30) + (N_2 \times 30) + (N_3 \times 40)}{\Sigma \text{Skor maksimal}}$$

Catatan :

.....

.....

.....

Semarang, 09 Oktober 2012

Mengetahui,

Guru Pamong,



Himawan Yudarmanto, A.Ma
NIP. 19640322 198405 1 001

Guru Praktikan,



Ristya Astantry
NIM. 6102409020


Dosen Pembimbing



Drs. Bambang Priyono, M.Pd
NIP :19600422 198601 1 001

Kepala Sekolah,




R. Supranto, S.Pd., M.Si
NIP. 19601010 198012 1 013

LEMBAR PENILAIAN KEBUGARAN JASMANI KELAS 5B

No	Nama Siswa	Jns Klm		Kriteria Penilaian			Jumlah Nilai
		L	P	Kekuatan Otot Lengan	Kecepatan Lari	Push up	
1	A Wahyu Setiawan	L					
2	Arditya Rama saputra	L					
3	Arvinda Ramadhani	L					
4	Aulia Anggraini Cahyaningrum		P				
5	Bagas Adi Darmawan	L					
6	Bintang Haidar Johansyah	L					
7	Brians Wildan Arisa	L					
8	Catarina Violita Andriani		P				
9	Citra Amalia Wijayanti		P				
10	Danica Zalva Atmaja Putri		P				
11	Dimas Arya Dharma	L					
12	Fajar Sidiq Al Hayyu	L					
13	Fannya Nadim Rooshadiya		P				
14	Faradina Yuliana Putri		P				
15	Ferdy Wijaya	L					
16	Hafiz bagus Wardana	L					
17	Ida Fitria Trisnawati		P				
18	Karlina Krista Rochadian		P				
19	Khansa Naila Putri		P				
20	M Farel Alizan Sulistyawan	L					
21	Maya Shafana Putri		P				
22	Muhammad Mustofa	L					
23	Nicholas Alif Damara	L					
24	Nor Berta Monggo Maharani		P				
25	Raudhatul Rizki	L					
26	Rinetha Widya Arsari		P				
27	Tarisa salmadila		P				
28	Vika Isnadia Nora		P				
29	Yessica Gloria Cobnie		P				
30	Yunita Dewi Mairoh		P				
31	Farhan Ramadhan	L					
32	Agung Nugroho	L					
33	Lestari Wahyu Ikhsani		P				
34	Christiawan Caesar Adhe Putra	L					

35	Novinda Kusumawardhani		P				
----	------------------------	--	---	--	--	--	--

Semarang, 09 Oktober 2012

Guru Praktikan



Ristya Astantry

NIM. 6102409020

9. Jadwal Praktik Mengajar Terbimbing Dan Mandiri

a. Jadwal Praktik Mengajar Umum

JADWAL PRAKTIK MENGAJAR TERBIMBING DAN MANDIRI MAHASISWA PPL 2 DI SD NEGERI SEMARANG 2012





Nama Mahasiswa	Senin, 3/9	Selasa, 4/9	Rabu, 5/9	Kamis, 6/9	Jumat, 7/9	Sabtu, 8/9
Ilisha Ardiyani P.		PKN / IIIB	B.Indo /VA		KPDL/IIIA	
Bungsu Astri R.		IPA/IIB		Mat/IIIA		B.Jawa/IIIA
Ayu Apriana D.	Mat / VA		IPA / VA	IPA / IVB		
Aprilia Nur F.	IPS/VIA		VIA			B.Jawa/IA
Intan K.	IPS/VIB		VIB		Mat/IIA	
Nuraisyah Prihatini						
Kristin						
Ristya Asttantry		Kelas 5B, Kelas 4A	Kelas 1B, Kelas 2A	Kelas 3B	Kelas 6A	
Ariangga Catur PW		Kelas 6A	Kelas 5A, Kelas 4B		Kelas 6B	

Nama Mahasiswa	Senin, 10/9	Selasa, 11/9	Rabu, 12/9	Kamis, 13/9	Jumat, 14/9	Sabtu, 15/9
Ilisha Ardiyani P.	VA	IPA/IA				SBK/IA
Bungsu Astri R.	Mat/IIB	B.Indo/IVB		IIB	Mat/IIA	IIIB
Ayu Apriana D.	PKN / IIA	B.Indo/IVA			IVA	
Aprilia Nur F.		B.Jawa/IA B.Indo/IIIA			B.Indo/IIIB	
Intan K.	PKN/IA		IPA/IVB	Mat/IIIA		
Nuraisyah Prihatini						
Kristin						
Ristya Asttantry		Kelas 5A, Kelas 4B		Kelas 3B	Kelas 6A	
Ariangga Catur PW		Kelas 5B, Kelas 4A	Kelas 1B, Kelas 2A, Kelas 3A	Kelas 1A, Kelas 3B		

Nama Mahasiswa	Senin, 17/9	Selasa, 18/9	Rabu, 19/9	Kamis, 20/9	Jumat, 21/9	Sabtu, 22/9
Ilisha Ardiyani P.				IPA/IVA		
Bungsu Astri R.		VB	B.Indo/IA	IVB		
Ayu Apriana D.		IPA / IIB	IPA / IIIA	IB	IVB	
Aprilia Nur F.	PKn/IIA			VA	B.Indo/IA	IIIB
Intan K.	Mat/IIIB	IIA	B.Jawa/VA		IIB	
Nuraisyah Prihatini						
Kristin						
Ristya Asttantry		Kelas 5B, Kelas 4A				
Ariangga Catur PW		Kelas 6A, Kelas 4B				

Nama Mahasiswa	Senin, 24/9	Selasa, 25/9	Rabu, 26/9	Kamis, 27/9	Jumat, 28/9	Sabtu, 29/9
Ilisha Ardiyani P.				B.Indo/VB	IIIB	IVA
Bungsu Astri R.						
Ayu Apriana D.						
Aprilia Nur F.						
Intan K.		VA				
Nuraisyah Prihatini						
Kristin						
Ristya Asttantry						
Ariangga Catur PW						

Keterangan:

	: Praktik Mengajar Terbimbing
	: Praktik Mengajar Mandiri
	: Jaga Pagi
	: Jaga Siang

b. Jadwal Praktik Mengajar Terbimbing Dan Mandiri Penjaskes

JADWAL PRAKTIK MENGAJAR PENJASKES

No	Hari/Tanggal	Jam Mengajar	Angga	Jam Mengajar	Tantry
1	Jum'at, 31/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 6A	07.00 – 09.00	Kelas 6B
2	Selasa, 04/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 5A	07.00 – 09.00	Kelas 5B
		15.15 – 17.00	Kelas 4B	15.15 – 17.00	Kelas 4A
3	Rabu, 05/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 1A	07.00 – 09.00	Kelas 1B
		08.30 – 10.30	Kelas 2B	08.30 – 10.30	Kelas 2A
4	Kamis, 06/09/2012	-	-	15.15 – 17.00	Kelas 3B
5	Jum'at, 07/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 6B	07.00 – 09.00	Kelas 6A
6	Selasa, 11/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 5B	07.00 – 09.00	Kelas 5A
		15.15 – 17.00	Kelas 4A	15.15 – 17.00	Kelas 4B
7	Rabu, 12/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 1B	07.00 – 09.00	Kelas 1A
		08.30 – 10.30	Kelas 2A	08.30 – 10.30	Kelas 2B
		15.15 – 17.00	Kelas 3A	-	-
8	Kamis, 13/09/2012	-	-	15.15 – 17.00	Kelas 3B
9	Jum'at, 14/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 6A	-	-
10	Selasa, 18/09/2012	07.00 – 09.00	Kelas 5A	07.00 – 09.00	Kelas 5B
		15.15 – 17.00	Kelas 4B	15.15 – 17.00	Kelas 4A
11	Selasa, 02/09/2012 (UJIAN)	07.00 – 09.00	Kelas 5B	07.00 – 09.00	Kelas 5A

Foto Dokumentasi PPL 2



