



LAPORAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN 2
DI SD NEGERI PATEMON 01
KECAMATAN GUNUNG PATI
KOTA SEMARANG

Disusun oleh :

Nama : Gayuh Adi Nugroho

NIM : 6102409076

Prodi : PGSD Penjas S1

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

2011

HALAMAN PENGESAHAN


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

Hari : Selasa

Tanggal : 9 Oktober 2012

Disahkan oleh :

Koordinator Dosen Pembimbing



Drs. Uen Hartiwan, M.Pd
NIP. 195304111983031001

Kepala Sekolah



Sri Hartati, M.Pd
NIP. 196511141986092001



Kapus. Pengembangan PPL UNNES
Drs. Masugino, M.Pd
NIP. 19520721 198012 1 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyusun laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan 2 yang telah dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Patemon 01, kecamatan gunung pati, Kota Semarang.

Pada kesempatan ini praktikan ingin menyampaikan permintaan maaf atas segala kekurangan dan kesalahan yang praktikan lakukan selama PPL berlangsung baik sengaja maupun tidak sengaja kepada semua pihak yang bersangkutan. Praktikan ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Sudijono Sastroatmodjo, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Semarang,
2. Drs. Masugino, M.Pd selaku Kepala Pusat Pengembangan PPL Unnes,
3. Drs. Harry Pramono, M.Si Selaku Dekan FIK UNNES,
4. Drs. Mugiyo hartono, M.Pd Selaku Ketua Jurusan PJKR,
5. Agus pujiyanto, S.pd M.pd Selaku Ketua Prodi PGPIJSD S1,
6. Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. selaku dosen koordinator PPL di SD N Patemon 01
7. Drs. Uen Hartiwan, M.Pd.selaku dosen pembimbing PPL di SD N Patemon 01
8. Sri hartati M. Pd selaku kepala sekolah SD N Patemon 01
9. Bambang sutiarso selaku guru pamong mata pelajaran Penjasorkes SD N Patemon 01, Seluruh guru, staf, dan karyawan SD N Patemon 01
10. Rekan-rekan praktikan yang telah memberikan dukungan dan bantuan
11. Segenap siswa-siswi SD N Patemon 01 dan
12. Semua pihak yang telah membantu dari awal sampai akhir pelaksanaan PPL di SD N Patemon 01 Kecamatan Gunung pati Kota Semarang

Penyusun sebagai manusia biasa tidak tertutup kemungkinan banyak kekurangannya dan kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat praktikan harapkan demi perbaikan laporan ini di masa mendatang. Akhir kata semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan praktikan pada khusus.

Semarang,17 Oktober 2012

Penyusun

Gayuh Adi Nugroho

DAFTAR ISI

	Halaman
Judul	i
Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
Daftar Lampiran	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan II	2
C. Manfaat Praktik Pengalaman Lapangan II	2
BAB II LANDASAN TEORI	4
➤ Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan	4
➤ Dasar Pelaksanaan	4
➤ Status, Peserta, Bobot Kredit dan Tahapan	5
➤ Persyaratan dan Tempat	5
➤ Tugas Guru di Sekolah dan Kelas	7
➤ Tugas Guru Praktikkan	8
➤ Kompetensi Guru	8
➤ Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan	9

BAB III PELAKSANAAN	10
A. Waktu dan Tempat Pelaksanaan	10
B. Tahapan Kegiatan	10
C. Materi Kegiatan	11
D. Proses Bimbingan oleh Guru Pamong dan Dosen Pembimbing	11
E. Hal-hal yang Mendukung dan Menghambat Pelaksanaan PPL II	12
BAB IV PENUTUP	14
A. Simpulan	14
B. Saran	14

REFLEKSI DIRI

LAMPIRAN-LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Universitas negeri Semarang adalah lembaga pendidikan tinggi keguruan (LPTK) yang salah satu misinya ialah menyiapkan, mencetak tenaga pendidik yang mampu dan mempunyai kompetensi untuk siap bertugas dalam bidang pendidikan sesuai dengan bidangnya. Sehingga mahasiswa kependidikan harus meempuh program Praktik pengalaman lapangan (PPL) di sekolah latihan dengan jangka waktu tiga bulan.

Perkembangan dunia pendidikan semakin membaik, dikarenakan sumber daya untuk menunjang kebutuhan manusia semakin baik. Sehingga manusia dituntut untuk dapat bersaing menjadi yang terdepan diantara yang lainnya. Oleh sebab itu, perbaikan sumber daya pendidik senantiasa dikembangkan dengan beberapa pelatihan atau seeminar untuk mengikuti segala macam perkembangan pendidikan.

Kemajuan teknologi saat ini tidak dapat dihindari dan dibendung lagi. Sebagai insan pendidik dan pembawa perubahan, seorang guru dituntut sebagai seorang yang profesionalisme didalam bidangnya. Untuk itu sebagai calon pendidik, kita harus dapat berselaras dengan kemajuan teknologi dan harus dapat merubah paradigma pembelajaran sehingga lebih inovatif dan berdaya saing sehingga tidak monoton dan kaku.

Pendidik adalah insan atau orang yang tugasnya tidak hanya menularkan ilmu kepada siswa, tetapi lebih daripada itu. Pendidik adalah insan yang dapat merubah perilaku, moral serta menumbuhkan tanggungjawab kepada calon penerus bangsa. Untuk itu, pendidik adalah orang yang memiliki peranan besar

dan ikut andil dalam membentuk karakter siswa. Tidak hanya sebagai panutan, tetapi pendidik lebih mengarah mencetak kader bangsa yang bermutu kelak.

B. Pengertian Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Praktik pengalaman lapangan adalah salah satu mata kuliah jurusan kependidikan yang tugasnya mener: 1 teori selama menjadi mahasiswa di sebuah instansi atau lembaga kependidikan. Mahasiswa diterjunks langsung di sekolah latihan unuk mempraktekkan secara langsung program pendidikan di semester - semester sebelumnya. Mahasiswa praktikan diterjunks di sekolah untuk mengaplikasikan prodi atau jurusanya sebagai seorang guru secara langsung.

Program PPL ini bekerjasama dengan dinas pendidikan di beberapa Kabupaten wilayah regional sebuah Universitas. Pihak Universitas langsung bertanggungjawab kepada dinas pendidikan sebuah wilayah kota / kabupaten dalam program ini. Dalam pelaksanaanya, pihak Universitas juga harus dapat bekerjasama dengan baik kepada sekolah latihan yang dituju.

C. Tujuan

Praktik Pengalaman Lapangan bertujuan untuk :

- a. Sebagai salah satu syarat untuk memenuhi tugas mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Universitas Negeri Semarang (UNNES).
- b. Membentuk mahasiswa praktikan agar menjadi calon tenaga kependidikan (guru) yang professional dan berkompeten.
- c. Membekali mahasiswa praktikan dengan seperangkat pengetahuan, sikap dan keterampilan yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi profesional, personal dan kemasyarakatan.

D. Manfaat

Manfaat PPL memberi bekal pada mahasiswa praktikan agar memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan. Dengan melaksanakan PPL diharapkan dapat memberikan

manfaat terhadap semua komponen yang terkait yaitu mahasiswa, sekolah dan Perguruan Tinggi yang bersangkutan.

1. Manfaat bagi mahasiswa :

- a) Memberikan bekal yang dapat menunjang tercapainya penguasaan kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan.
- b) Memberikan pengalaman : 2 berharga untuk terjun secara langsung di dunia pendidikan.
- c) Mendapatkan kesempatan untuk mempraktikkan bekal yang diperoleh selama perkuliahan.
- d) Memberikan wawasan dan pengetahuan baru yang mungkin belum diterima selama perkuliahan.

2. Manfaat bagi sekolah :

- a) Meningkatkan kualitas dan pengetahuan baru di bidang pendidikan dalam membimbing anak didik
- b) Meningkatkan hubungan kerjasama dengan UNNES sebagai salah satu lembaga yang meluluskan para calon tenaga pendidik (guru).

3. Manfaat bagi Universitas Negeri Semarang :

- a) Mendapatkan masukan tentang keadaan pendidikan yang sesungguhnya terlaksana saat ini, sehingga memberikan tambahan informasi untuk pengembangan bahan ajar dan kajian penelitian di bidang pendidikan.
- b) Meningkatkan hubungan kerjasama dengan instansi sekolah terkait.
- c) Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan PPL, sehingga kurikulum, metode dan pengelolaan bimbingan dan konseling di instansi atau sekolah dapat disesuaikan dengan tuntutan yang ada di lapangan.
- d) Membantu dalam upaya peningkatan kualitas lulusan, karena mendapatkan tambahan pengalaman bagi mahasiswa khususnya program studi kependidikan.

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi semua komponen yang bersangkutan yaitu

mahasiswa praktikan, sekolah dan Perguruan Tinggi yang bersangkutan.

BAB II

LANDASAN TEORI

I. Pengertian Praktek Pengalaman Lapangan

Perkembangan masyarakat modern khususnya dalam bidang pendidikan semakin terspesialisasikan. Hal tersebut menuntut adanya peningkatan layanan pendidikan baik penyelenggaraan praktik kependidikan maupun proses penyiapan tenaga kependidikan. Untuk itu Universitas Negeri Semarang sebagai salah satu Lembaga Pendidikan Tingkat Keguruan (LPTK) di Indonesia yang bertugas menghasilkan tenaga kependidikan, telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan mutu lulusan antara lain dengan menjalin kerjasama dengan pihak-pihak yang berkompeten dalam penyelenggaraan pendidikan yang biasa disebut Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) adalah semua kegiatan kurikuler yang harus dilakukan dan diikuti oleh mahasiswa praktikan, sebagai pelatihan untuk menerapkan teori yang telah didapat sebelumnya di bangku perkuliahan yang 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.

II. Dasar Pelaksanaan

Pada dasarnya program Praktik Pengalaman Lapangan merupakan salah satu rangkaian dari kegiatan terpadu UPT PPL UNNES sebagai LPTK. Dalam hal ini UPT PPL memiliki tanggung jawab teknis dan kewenangan untuk melaksanakan program tersebut.

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ini mempunyai dasar pelaksanaan, yaitu :

1. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional No. 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar
2. Peraturan Pemerintah No. 60/ 4 Jun 2000 tentang Otonomi Perguruan Tinggi
3. Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
4. Undang- Undang Republik Indonesia No.14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
5. Keputusan Rektor No.45/O/2001 tentang Penyelenggaraan Pendidikan di Universitas Negeri Semarang
6. Keputusan Rektor No.46/O/2001 tentang Jurusan dan Program Studi di Lingkungan Fakultas serta Program Studi pada Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Semarang
7. Surat Keputusan Rektor No.35/O/2006 tentang Pedoman Pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan.

Program ini wajib dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Negeri Semarang khususnya program pendidikan. Melalui program ini, diharapkan para mahasiswa calon guru dapat memenuhi kriteria agar mahasiswa benar-benar siap untuk diterjunkan dalam dunia pendidikan dengan bekal yang didapatkannya dalam PPL ini, sehingga program ini mutlak diperlukan untuk memungkinkan dikuasainya kemampuan professional keguruan yang kompleks oleh para calon guru yang mempersyaratkan penguasaan secara bertahap. Oleh karena itu tahap-tahap dalam PPL harus disusun secara cermat sehingga latihan dapat membuahkan hasil secara maksimal.

III. Tahap- Tahap Praktek Pengalaman Lapangan

Pada tahap-tahap latihan pengajaran terdapat perubahan ketentuan terdahulu. Saat ini PPL dilaksanakan dua kali :

1. PPL I

Tahap ini merupakan tahap awal, di mana mahasiswa belum terjun secara langsung dalam proses belajar mengajar. Pada tahap ini mahasiswa melakukan observasi dan orientasi tentang kondisi fisik sekolah latihan dan melakukan pengamatan pengajaran.

2. PPL II

Tahap ini merupakan penerjunan langsung bagi mahasiswa dalam dunia pendidikan di mana mereka berperan secara aktif sebagai pendidik dalam sekolah-sekolah latihan.

IV. Fungsi Praktek Pengalaman Lapangan

Menurut Bab I pasal 4 (Pedoman PPL UNNES), fungsi dari Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah memberikan bekal kepada mahasiswa praktikan agar mereka memiliki kompetensi profesional, kompetensi personal dan kompetensi kemasyarakatan.

V. Status, Peserta, Bobot Kredit

Setiap mahasiswa kependidikan Universitas Negeri Semarang wajib melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) karena kegiatan ini merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan tenaga kependidikan (berupa mata kuliah) berdasarkan kompetensi yang termasuk di dalam struktur program kurikulum.

Mahasiswa yang wajib mengikuti PPL ini adalah mahasiswa kependidikan jenjang S1, Program Diploma, Program Akta dan Program lain.

Mata kuliah ini mempunyai bobot kredit 6 SKS, dengan perincian PPL 1 sebanyak 2 SKS dan PPL 2 sebanyak 4 SKS.

VI. Tugas Guru di Sekolah dan Kelas

Guru sebagai tenaga pengajar di jenjang pendidikan dasar maupun menengah harus mempunyai kualitas diri sendiri serta mengembangkan kepribadiannya sebagai salah satu upaya mencapai tujuan pendidikan Nasional. Selain itu guru perlu meniaga citra dirinya sehingga dapat dijadikan teladan dan contoh bagi murid, terutama khususnya dan lingkungan pada umumnya. Berikut ini tugas dan tanggung jawab guru

1. Tugas dan kewajiban guru selaku pengajar
 - a. Mengadakan persiapan mengajar yang sesuai dengan kurikulum yang berlaku.
 - b. Datang mengajar di sekolah setiap hari kerja.
 - c. Mengadakan evaluasi pelajaran secara teratur dan kontinyu sesuai tehnik evaluasi yang berlaku.
 - d. Ikut membina hubungan baik antara sekolah dengan orang tua dan masyarakat serta lingkungannya.
 - e. Membina hubungan baik antara sekolah dengan berbagai golongan masyarakat dan pemerintah daerah setempat.

2. Tugas dan kewajiban guru sebagai pendidik
 - a. Senantiasa menjunjung tinggi dan mewujudkan nilai- nilai yang terkandung dalam Pancasila dan UUD 1945
 - b. Guru wajib mencintai anak didik dan profesinya serta selalu menjadikan dirinya sebagai teladan bagi anak didiknya.
 - c. Guru harus senantiasa memperhatikan norma- norma yang berlaku, etika dan estetika dalam berpakaian dan berhias baik di dalam ataupun luar sekolah.
 - d. Guru wajib selalu menyelaraskan pengetahuan dan meningkatkan pengetahuan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi
 - e. Guru senantiasa wajib meningkatkan keselarasan, kesenian dan keseimbangan jasmani dan rohaninya sehingga terwujud penampilan pribadi yang baik.

VII. Tugas Guru Praktikan

Tugas guru praktikan selama mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II adalah :

7

1. Observasi dan orientasi di tempat praktik.
2. Pengajaran model atau pelatihan pengajaran terbimbing.
3. Pelatihan pengajaran mandiri dan ujian mengajar.
4. Kegiatan kurikuler seizin kepala sekolah tempat praktik.
5. Membantu memperlancar arus informasi dari UNNES ke sekolah latihan dan atau sebaliknya.
6. Menyusun laporan hasil observasi dan orientasi di tempat praktik.
7. Menyusun pengurus kelompok praktikan di tempat praktik.
8. Mengisi format rencana kegiatan dan format bimbingan PPL yang dijadwalkan.

VIII. Kompetensi Guru

Kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru agar para guru mempunyai tingkat keprofesionalan yang berimbang dalam tugasnya, adalah sebagai berikut :

1. Memahami landasan pendidikan, yaitu landasan filosofis, sosiologis, kultural, psikologis, ilmiah dan teknologis.
2. Memahami wawasan pendidikan, yaitu wawasan mengenai asas- asas pendidikan, aliran- aliran pendidikan secara garis besar, teori belajar, perkembangan anak didik, tujuan pendidikan nasional, kebijakan- kebijakan pemerintah di bidang pendidikan.
3. Menguasai materi pendidikan
4. Menguasai pengelolaan kelas
5. Menguasai evaluasi pembelajaran
6. Memiliki kepribadian, wawasan profesi dan pengembangannya.

Karakteristik guru yang profesional antara lain selalu membuat perencanaan pembelajaran yang konkret dan detail untuk dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran, menempatkan siswa sebagai arsitek pembangun gagasan dan guru berfungsi melayani dan berperan sebagai mitra siswa, bersikap kritis dan berani menolak kehendak yang kurang edukatif, bersikap kreatif dalam membangun dan menghasilkan karya pendidikan seperti pembuatan alat bantu belajar, analisis materi pembelajaran, penyusunan alat penilaian dan lainnya.

BAB III

PELAKSANAAN

I. WAKTU

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini dilaksanakan mulai tanggal 30 juli 2012 sampai dengan 20 Oktober 2012.

II. TEMPAT

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) II bertempat di SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati Kota Semarang, SD Negeri Patemon 01 terpilih menjadi tempat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dengan mempertimbangkan hal- hal diantaranya :

1. Sudah menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP).
2. Letak sekolah strategis.
3. Fasilitas pendukung pendidikan kurang memadai.

III. TAHAPAN KEGIATAN

Tahap- tahap kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) I dan II di SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati meliputi :

1. Kegiatan di kampus, meliputi :
 - a. Pembekalan
Pembekalan dilakukan di kampus masing- masing selama 3 hari yaitu tanggal 24 sampai 26 juli 2012.
 - b. Upacara Penerjunan
Upacara penerjunan dilakukan di depan gedung Rektorat Universitas Negeri Semarang pada 30 juli 2012 pukul 07.30 WIB sampai selesai.
2. Kegiatan Inti
 - a. Pengenalan Lapangan
Kegiatan pengenalan lapangan di SD Negeri Patemon 01 dilaksanakan pada PPL I yaitu pada tanggal 30 juli sampai 11 agustus. Dengan demikian, data pengenalan lapangan tidak dilampirkan kembali karena sudah dilampirkan pada Laporan PPL I.

b. Pengajaran Terbimbing

Pengajaran terbimbing dilakukan oleh mahasiswa praktikan di bawah bimbingan guru pamong. Sebelum melakukan pembelajaran di kelas terlebih dahulu sudah menyiapkan perangkat pembelajaran seperti silabus dan rencana pembelajaran yang sudah dikonsultasikan terlebih dahulu dengan guru pamong.

c. Pengajaran Mandiri

Pengajaran mandiri dilakukan oleh praktikan dimana guru pamong ikut mendampingi masuk ke dalam kelas. Guru pamong melakukan pengamatan pada saat praktikan mengajar, kemudian mengevaluasi kegiatan pembelajaran yang dilakukan oleh praktikan. Di mana sebelumnya semua perangkat pembelajaran sudah dikonsultasikan kepada guru pamong.

d. Pelaksanaan Ujian Praktik Mengajar

Pelaksanaan Ujian Praktik Mengajar dilakukan pada akhir praktik oleh guru pamong dan dosen pembimbing

IV. MATERI KEGIATAN

Materi yang praktikan peroleh dari kegiatan pembekalan PPL, antara lain materi tentang ke PPL-an, aturan pelaksanaan serta kegiatan belajar dan mengajar dengan segala permasalahan yang mungkin muncul saat kita melakukan praktik mengajar di lapangan. Sedangkan materi yang lain diberikan oleh Dosen Koordinator, Kepala Sekolah serta Guru Pamong dari sekolah yang bersangkutan.

V. PROSES DAN MATERI BIMBINGAN

Proses pembimbingan dilakukan oleh guru pamong dan dosen pembimbing secara periodik dan setiap saat ketika mahasiswa selaku guru praktikan membutuhkan bimbingan. Waktu bimbingan dilakukan selama PPL I dan PPL II berlangsung yakni dari tanggal 30 juli_hingga 20 Oktober 2012.

Materi bimbingan yang diberikan yakni mengenai berbagai aspek kemampuan/kompetensi guru, metode dan materi pengajaran, serta penilaian terhadap siswa. Selain itu juga materi mengenai pemanfaatan media dan penanggulangan faktor penghambat dalam proses pengajaran.

VI. FAKTOR PENDUKUNG DAN MENGHAMBAT PELAKSANAAN PPL

1. Hal-hal yang Mendukung Kegiatan PPL

- a. SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati menerima mahasiswa PPL dengan sangat baik.
- b. Ruang kelas yang kondusif untuk Kegiatan Belajar Mengajar (KBM).
- c. Tersedianya berbagai fasilitas penunjang pengajaran seperti perpustakaan, lapangan olahraga serta sarana prasarana olahraga yang cukup lengkap.
- d. Guru Pamong yang hampir setiap hari dapat ditemui untuk dimintai saran dan bimbingan.
- e. Tersedianya buku- buku penunjang di Perpustakaan.
- f. Kedisiplinan warga sekolah yang sangat baik.
- g. Siswa SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati menerima mahasiswa praktikan dengan baik dan ramah dan mengikuti pembelajaran dengan baik pula.

2. Hal-Hal yang Menghambat Kegiatan PPL

- a. Waktu pengajaran yang berkurang ketika di bulan Ramadhan yakni hanya 30 menit untuk 1 jam pelajaran.
- b. Materi/ bahan ajar yang menurut saya cukup banyak sehingga penjelasan dari guru berjalan lambat dan berulang.
- c. Kurangnya persiapan dan penguasaan materi pengajaran oleh guru praktikan.
- d. Siswa kadang tidak mengikuti pembelajaran dengan baik

VII. PEMBIMBINGAN OLEH GURU PAMONG

Pembimbingan oleh guru pamong yakni dengan Bapak Bambang Sutiarto selaku pengampu mata pelajaran penjasorkes kepada mahasiswa selaku guru praktikan sangat sering atau intensif dilakukan mulai dari PPL I hingga PPL II berakhir. Bimbingan dilakukan periodik tiap minggu saat sebelum dan setelah praktik pengajaran di kelas oleh guru praktikan. Guru Pamong memberikan masukan kritik dan saran pada guru praktikan mengenai proses pengajaran yang telah berlangsung. Hal ini bertujuan agar proses pengajaran yang dilakukan guru praktikan pada pertemuan selanjutnya berlangsung lebih baik dari sebelumnya.

Bimbingan ini bagi guru praktikan benar-benar bermanfaat dan sangat membantu ketika proses pengajaran berlangsung, sehingga tujuan pengajaran yang di sampaikan dapat tercapai secara maksimal.

VIII. PEMBIMBINGAN OLEH DOSEN PEMBIMBING

Selain bimbingan oleh guru pamong, mahasiswa praktikan juga memperoleh bimbingan dari dosen pembimbing yang ditugaskan dari UPT PPL UNNES untuk mendampingi mahasiswa selama PPL berlangsung. Pelaksanaan bimbingan oleh dosen pembimbing yaitu Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. dilakukan setiap beliau hadir di sekolah latihan.

Materi bimbingan lebih mengarah pada kemampuan/ kompetensi guru praktikan dan penguasaan serta penyampaian materi pada siswa. Manfaat bimbingan dari dosen pembimbing adalah untuk melengkapi bimbingan dari guru pamong dan memberikan solusi atas berbagai kendala ketika proses pengajaran dilaksanakan di sekolah latihan.

BAB IV

PENUTUP

A. SIMPULAN

Pelaksanaan PPL UNNES oleh mahasiswa praktikan pada tahun 2012 di SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati pada umumnya berjalan dengan baik dan lancar. Hal ini dikarenakan adanya hubungan/ kerjasama yang baik dengan berbagai pihak yang terkait khususnya dengan pihak sekolah SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati. Selain itu mahasiswa praktikan telah diperlakukan seperti layaknya warga SD Negeri Patemon 01. Mahasiswa praktikan selama PPL di SD Negeri Patemon 01 benar-benar telah memperoleh kesan dan pengalaman yang sangat berharga yakni pengalaman terjun langsung untuk melakukan tugas layaknya guru yang sebenarnya. Pengalaman itu mulai dari membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, praktik mengajar di kelas, melakukan evaluasi pembelajaran, pemberian tugas - tugas mandiri hingga menilai siswa didiknya. Berbagai kesan dan pengalaman ini bagi mahasiswa praktikan dapat memberikan manfaat dan menjadi bekal untuk terjun di masyarakat pada masa yang akan datang.

Demikianlah laporan PPL II ini disusun oleh penulis sebagai mahasiswa praktikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya di lapangan. Kebanggaan dan kehormatan kami telah diterima oleh SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati untuk menjalankan PPL UNNES tahun 2012. Atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak pada pelaksanaan PPL ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih.

B. SARAN

1. Kepada SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati agar tetap mempertahankan pelaksanaan tata tertib yang telah berjalan baik dan tetaplah berusaha mendukung berbagai kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa.
2. Kepada lembaga UNNES agar meningkatkan hubungan kerjasama dengan berbagai pihak terkait kegiatan PPL, khususnya dengan sekolah latihan.

3. Bagi mahasiswa PPL agar memanfaatkan kegiatan PPL ini sebaik mungkin.

REFLEKSI DIRI

Setelah melakukan PPL 2, maka penulis melakukan refleksi sebagai evaluasi dan rekomendasi. Adapun refleksi tersebut adalah sebagai berikut :

1. Kekuatan dan kelemahan pembelajaran mata pelajaran yang ditekuni

Sebagian besar siswa di SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati menyukai pembelajaran penjas. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan dan semangat dari siswa dalam mengikuti mata pelajaran ini. Sehingga dalam pengajaran, pengajar akan lebih mudah menyampaikan materi yang akan ia berikan karena setiap kegiatan yang dimulai dengan rasa senang akan lebih mudah dipahami oleh siswanya. Hal yang menjadi perhatian adalah pada pengelolaan kelas yang sulit diatur karena jumlah siswa yang banyak. Ini menyebabkan banyaknya kesempatan bagi siswa untuk tidak memperhatikan apa yang diajarkan oleh guru. Hal ini terlihat dengan adanya beberapa siswa ramai sendiri, dan ngobrol dengan teman. Namun hal tersebut akan segera diatasi dengan cara guru mengingatkan siswa yang ramai, meningkatkan volume suara, dan membuat suasana menjadi tenang kembali. Segala sesuatu yang menjadi halangan tersebut dapat dijadikan salah satu ajang untuk mengasah ide-ide kreatif guru yang kadang tidak muncul jika guru terdapat di sekolah yang siswanya sangat bersemangat mengikuti pelajaran ini. Secara umum, siswa SD Negeri Patemon 01 Kecamatan Gunung pati memiliki kemampuan penerapan materi ajar yang cukup baik.

2. Ketersediaan sarana dan prasarana PBM

Sebagai salah satu sekolah negeri yang ada di Kelurahan patemon Kecamatan Gunung pati di Kota Semarang, ketersediaan sarana dan prasarana bagi mata pelajaran penjasorkes dapat dikatakan kurang memadai tetapi lebih banyak memodifikasi alat. Di sekolah ini memang tidak memiliki halaman yang

cukup luas yang dapat digunakan untuk pembelajaran penjas. Namun halaman yang juga digunakan sebagai lapangan olahraga tersebut dikatakan sempit jika dibandingkan dengan rata-rata jumlah siswa yang cukup banyak. Meskipun demikian pembelajaran Penjasorkes tetap bisa berjalan dengan baik dan lancar karena guru telah dapat memodifikasi berbagai sarana dan prasarana yang ada untuk dapat digunakan dalam pembelajaran mata pelajaran penjasorkes.

3. Kualitas guru pamong dan dosen pembimbing

Guru pamong yang membantu guru praktikan bernama Bapak Bambang Sutiarmo Selama praktikan melaksanakan PPL 2, guru pamong sangat membantu dalam membimbing, mengarahkan, dan mempermudah praktikan dalam mengajar selama PPL 2. Guru pamong memberikan masukan dan kritik membangun tentang perencanaan pembelajaran sebelum praktikan terjun ke lapangan latihan. Bimbingan, arahan, dan cara guru pamong dalam mengajar dapat memancing inisiatif praktikan untuk melakukan perbaikan dalam pembelajaran di lapangan. Guru pamong tidak segan-segan untuk membantu praktikan saat menjumpai kesulitan. Sebagai seorang guru pamong, beliau memberikan banyak ilmu dan pengalaman yang sangat bermanfaat bagi para praktikan mata pelajaran penjasorkes.

Sementara kualitas dosen pembimbing yaitu Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. juga bisa dikatakan bagus karena beliau adalah dosen di salah satu jurusan di fakultas ilmu keolahragaan (FIK) sehingga kualitasnya pun dapat dipertanggungjawabkan. Dosen pembimbing memiliki peran yang sangat penting sebagai penghubung antara pihak UNNES dengan SD N PATEMON 01 . Dosen pembimbing sering memberikan saran atau masukan serta memonitoring di sekolah latihan. Dosen pembimbing pun siap sedia dengan segala hal yang dimiliki atau dibutuhkan oleh praktikan sehubungan dengan pelaksanaan PPL, sehingga praktikan merasa nyaman dalam melaksanakan tugasnya.

4. Kualitas pembelajaran di sekolah

Kualitas pembelajaran di sekolah ini secara umum masih perlu ditingkatkan. Hal ini dikarenakan sebagian siswanya kurang memperhatikan

materi yang diajarkan sehingga kurang menguasai materi yang telah diajarkan oleh guru praktikan. Namun hal ini tidak dapat disalahkan karena jumlah siswa yang banyak dengan ketersediaan sarana prasarana dan fasilitas yang dapat dikatakan kurang memadai. Ini terlihat pada jumlah alat dan lapangan yang tersedia di SDN PATEMON 01 yang masih kurang.

5. Kemampuan diri praktikan

Praktikan memang masih perlu banyak latihan agar ia dapat melaksanakan perannya sebagai guru yang baik. Sebelum pelaksanaan PPL 2, praktikan telah dibekali dengan mata kuliah *microteaching* pada semester enam yang dapat dijadikan dasar untuk melaksanakan proses pembelajaran yang baik. Namun dengan modal tersebut belum cukup bagi siswa jika tidak langsung terjun mengajar di sekolah latihan. Untuk meningkatkan kualitas diri, praktikan akan terus berusaha belajar mempersiapkan diri dengan baik agar praktikan bisa menjadi tenaga pendidik yang profesional. Pelaksanaan PPL di SDN PATEMON 01 memberikan bekal bagi praktikan untuk menapak masa depan dalam dunia pendidikan.

6. Nilai tambah setelah melaksanakan PPI 2

Dari pelaksanaan PPI 2 kami dapat mengambil banyak nilai positif. Hal tersebut terlihat pada praktek yang telah kami lakukan berdasarkan apa yang telah kami dapatkan dulunya di bangku perkuliahan yang menunjukkan peningkatan yang positif. Tidak hanya berhenti disini, namun praktikan juga dituntut untuk dapat bersosialisasi dengan lingkungan sekolah tersebut yang akan menguji profesionalisme bagi calon guru yang akan berguna bagi kehidupan kelak.

Praktikan memperoleh gambaran langsung pembelajaran di dalam kelas maupun di lapangan, cara mengelola kelas dan cara menyampaikan materi olahraga. Mengetahui peran dan tugas dari personal yang ada di sekolah dan bersosialisasi dengan warga sekolah, sehingga apabila telah masuk dalam dunia kerja praktikan akan lebih siap dan telah mengetahui *tips and trik* dalam mengatasi masalah di dalam kelas, lapangan maupun sekolah.

7. Saran bagi sekolah dan UNNES

Praktikan menyarankan pihak sekolah agar menambah sarana dan prasarana yang menunjang pembelajaran olahraga. Dan pihak sekolah diharapkan agar merawat dan memelihara sarana dan prasarana yang merupakan aset terpenting dalam sarana penunjang pembelajaran olahraga serta lingkungan sekolah yang membuat siswa nyaman dalam melaksanakan proses pembelajaran

Dan bagi UNNES, hendaknya lebih dapat bijaksana dalam penempatan dan lebih terorganisir dalam pembagian mahasiswa di setiap sekolah atau badan latihan bagi para praktikan sesuai kebutuhan sekolah .

Demikian uraian singkat yang dapat disampaikan oleh penulis. Apabila ada kata - kata yang tidak berkenan di hati, penulis mohon maaf yang sebesar – besarnya.

LAMPIRAN - LAMPIRAN

**RENCANA KEGIATAN MAHASISWA PPL DI SEKOLAH /TEMPAT
LATIHAN**

Nama : Gayuh Adi Nugroho

NIM : 6102409076

JurusanProdi/Fakultas : PGPJSD/S1/FIK

Sekolah/tempat latihan : SDN PATEMON 01

Minggu ke-	Hari, tanggal	Kegiatan
1	Senin,30 juli 2012	Penerjunan kesekolah SD N Patemon 01
	selasa, 31 juli 2012	Observasi
	rabu, 1 agustus2012	Observasi
	kamis, 2 agustus 2012	Observasi
	jumat, 3 Agustus 2012	Observasi
	Sabtu, 4 Agustus 2012	Observasi
	Minggu,5 Agustus 2012	
2	Senin, 6 Agustus 2012	- Upacara Bendera - Pesantren kilat
	Selasa, 7 Agustus 2012	- Pesantren kilat
	Rabu, 8 Agustus 2012	- Pesantren kilat
	Kamis, 9 Agustus 2012	- Ikut membantu mengajar

		<p>terbimbing</p> <ul style="list-style-type: none"> - Meminta meteri - Konsultasi RPP
	Jumat, 10 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Senam bersama - Jalan sehat - Mengajar terbimbing
	Sabtu, 11 Agustus 2012	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Minggu, 12 Agustus 2012	
3	Senin, 13 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Meminta meteri Konsultasi RPP
	Selasa, 14 Agustus 2012	Mengajar
	Rabu, 15 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Meminta meteri Konsultasi RPP
	Kamis, 16 Agustus 2012	Mengajar
	Jumat, 17 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Meminta meteri Konsultasi RPP
	Sabtu, 18 Agustus 2012	Mengajar
	Minggu, 19 Agustus 2012	
4	Senin, 20 Agustus 2012	
	Selasa, 21 Agustus 2012	
	Rabu, 22 Agustus 2012	
	Kamis, 23 Agustus 2012	
	Jumat, 24 Agustus 2012	

	Sabtu, 25 Agustus 2012	
	Minggu, 26 Agustus 2012	
5	Senin, 27 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Upacara bendera - Meminta materi
	Selasa, 28 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Ujian PPL - Konsultasi RPP
	Rabu, 29 Agustus 2011	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Kamis, 30 Agustus 2011	Meminta materi
	Jumat, 31 Agustus 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Ujian PPL - Konsultasi RPP
	Sabtu, 1 September 2012	Mengerjakan RH (Rencana Harian)
	Minggu, 2 September 2012	
6	Senin, 3 September 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Upacara bendera - Revisi dan menyusun RPP
	Selasa, 4 September 2012	Mengajar
	Rabu, 5 September 2012	Membuat rpp dan perangkat pembelajaran yang lain
	Kamis, 6 September 2012	Mengajar
	Jumat, 7 September 2012	<ul style="list-style-type: none"> - Senam bersama - Jalan sehat
	Sabtu, 8 September 2012	Mengajar
	Minggu, 9 September 2012	

10	Senin, 1 Oktober 2012	Menyusun laporan ppl 2
	Selas, 2 Oktober 2012	
	Rabu, 3 Oktober 2012	
	Kamis, 4 Oktober 2012	
	Jumat, 5 Oktober 2012	
	Sabtu, 6 Oktober 2012	
	Minggu, 7 Oktober 2012	
9	Senin, 8 Oktober 2012	Ujian praktek ppl
	Selasa, 14 Oktober 2012	Persiapan penarikan
	Rabu, 15 Oktober 2012	Penarikan mahasiswa PPL

LAMPIRAN 2

4.	Dwi Agung.W.	140140930 0									V	IPS	V	MTK
5.	Dita Ayu.O.	140140934 2					IV	Bhs.Indo					IV	IPS
6.	Istiqomah.A.	140140935 1	II	IPA			II	IPS						
7.	Dewantoro.F.	610240902 2			II	Penjas			V	Penjas			VI	Penjas
8.	Gayuh Adi.N.	610240907 6	IV	Penjas			I	penjas			III	Penjas		

No	Nama	NIM	Senin,27-8- 2012	Selasa,28-8- 2012	Rabu,29-8- 2012	Kamis,30-8- 2012	Jumat,31-8-2012	Sabtu,1-9-2012
----	------	-----	---------------------	----------------------	--------------------	---------------------	-----------------	----------------

			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	1401409198					II	Mtk						
2.	Astiti Rahayu.A.	1401409214							IV	Mtk				
3.	Indah Pinta.S.	1401409254							III	IPA				
4.	Dwi Agung.W.	1401409300									V	IPA		
5.	Dita Ayu.O.	1401409342											III	PKn
6.	Istiqomah.A.	1401409351			V	Mtk					IV	B.Jawa		
7.	Dewantoro.F.	6102409022			II	Penjas			V	Penjas			VI	Penjas
8.	Gayuh Adi.N.	6102409076	IV	Penjas			I	Penjas			III	Penjas		

Bulan: September

No	Nama	NIM	Senin,3-9-2012		Selasa,4-9-2012		Rabu,5-9-2012		Kamis,6-9-2012		Jumat,7-9-2012		Sabtu,8-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	140140919 8	IV	IPA									I	SBK
2.	Astiti Rahayu.A.	140140921 4	V	B.INDO									II	IPA
3.	Indah Pinta.S.	140140925 4	III	B.INDO							IV	B.JAWA		
4.	Dwi Agung.W.	140140930 0	IV	B.JAWA					II	PKN				
5.	Dita Ayu.O.	140140934 2	II	MTK					III	IPA				

6.	Istiqomah.A.	140140935 1	I	IPA			IV	B.IND					
7.	Dewantoro.F.	610240902 2			II	PENJAS			V	PENJAS			VI PEN JAS
8.	Gayuh Adi.N.	610240907 6	IV	PENJAS			I	PENJS			III	PENJAS	

No	Nama	NIM	Senin,10-9-2012		Selasa,11-9-2012		Rabu,12-9-2012		Kamis,13-9-2012		Jumat,14-9-2012		Sabtu,15-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	140140919 8					III	B.JWA					III	PKN

2.	Astiti Rahayu.A.	140140921 4					IV	KPDL					I	SBK
3.	Indah Pinta.S.	140140925 4					II	IPS					IV	IPS
4.	Dwi Agung.W.	140140930 0			IV	B.IND							II	IPA
5.	Dita Ayu.O.	140140934 2					V	B.IND	III	IPS				
6.	Istiqomah.A.	140140935 1			V	IPS					VI	KPDL		
7.	Dewantoro.F.	610240902 2	VI	PENJAS			I	PENJAS			III	PENJAS		
8.	Gayuh Adi.N.	610240907 6			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS

- **Jadwal mengajar Mandiri**


No	Nama	NIM	Senin,17-9-2012		Selasa,18-9-2012		Rabu,19-8-2012		Kamis,20-9-2012		Jumat,21-9-2012		Sabtu,22-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	140140919 8					IV	KPDL			V	IPA		
2.	Astiti Rahayu.A.	140140921 4			II	MTK					IV	B.JAWA		
3.	Indah Pinta.S.	140140925 4			V	MTK					VI	KPDL		
4.	Dwi Agung.W.	140140930 0			III	B.IND					V	KPDL		
5.	Dita Ayu.O.	140140934 2					III	B.JAW A					I	SBK
6.	Istiqomah.A.	140140935 1			IV	MTK					IV	SBK		

7.	Dewantoro.F.	610240902 2			II	PENJAS			V	PENJAS			VI	PENJAS
8.	Gayuh Adi.N.	610240907 6	VI	PENJAS			I	PENJA S			III	PENJAS		

No	Nama	NIM	Senin,24-9-2012		Selasa,25-9-2012		Rabu,26-8-2012		Kamis,27-9-2012		Jumat,28-9-2012		Sabtu,29-9-2012	
			Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel	Kls	Mapel
1.	Tri Handayani	140140919 8					II	IPS					V	PKN
2.	Astiti Rahayu.A.	140140921 4	IV	MTK	V	IPS								
3.	Indah Pinta.S.	140140925 4					V	SBK	II	PKN				
4.	Dwi Agung.W.	140140930 0					IV	IPA					I	SBK
5.	Dita Ayu.O.	140140934 2			II	MTK					V	KPDL		
6.	Istiqomah.A.	140140935 1	II	B.IND									III	PKN

8.	Gayuh Adi.N.	6102409076			II	PENJAS								
----	--------------	------------	--	--	----	--------	--	--	--	--	--	--	--	--

Mengetahui,

Semarang, 2012
Kepala Sekolah,
SD Negeri Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd
NIP.19651114 198609 2 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : I
Semester : I
Hari / Tanggal : Rabu, 27 september 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 3 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

1. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana / aktivitas jasmani, dan nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar (KD)

- 1.2 Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun ataupun menekuk dalam permainan sederhana serta nilai sportivitas, kejujuran, kerjasama, toleransi dan percaya diri

Indikator

Kognitif

Produk

1. Membedakan gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk

Psikomotorik

1. Mempraktikkan gerakan memutar
2. Mempraktikkan gerakan mengayun
3. Mempraktikkan gerakan menekuk

Afektif

1. Disiplin saat berlatih
2. Kesungguhan dalam berlatih
3. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
4. Menjadi pendengar yang baik
5. Berani bertanya

A. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

1. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk

Psikomotorik

2. Melakukan gerakan memutar
3. Melakukan gerakan mengayun
4. Melakukan gerakan menekuk

Afektif

5. Pada saat mengikuti praktik gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan
6. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
7. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
8. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

B. Materi Pembelajaran

Gerak dasar non lokomotor

C. Metode Pembelajaran

Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

D. Langkah-Langkah Pembelajaran

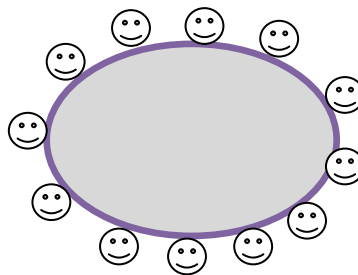
1. Kegiatan awal pembelajaran

- a. Siswa dibariskan menjadi empat baris
- b. Mengecek kehadiran siswa
- c. Apersepsi

Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti

d. Pemanasan

- Kepala (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri) 1 x 8 kali hitungan
- Berpegangan membentuk lingkaran, berlari kecil bernyanyi dan bertepuk tangan bersama
- Berpegangan tangan tarik kekanan-kiri dan kaki kedepan dan kebelakang
- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang
- Kaki Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyetuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyetuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)



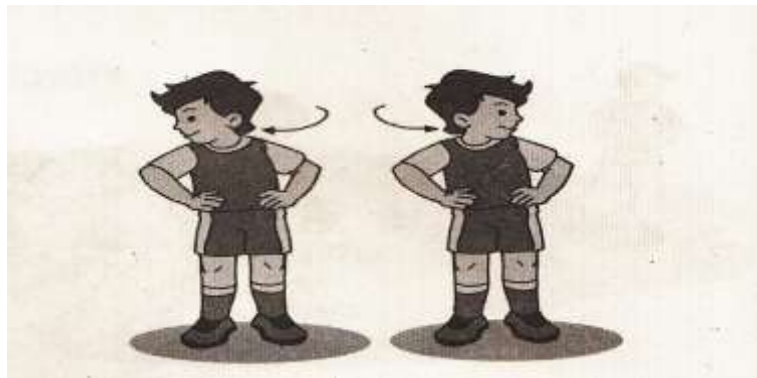
2. Kegiatan inti pembelajaran

Eksplorasi

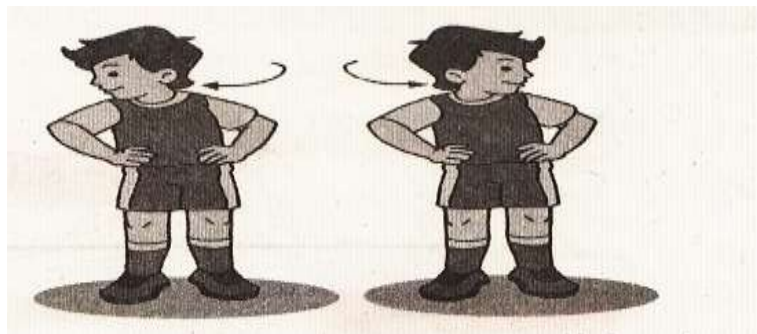
- a. Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
- b. Guru membimbing dan memberikan contoh latihan-latihan yang akan dilakukan

Elaborasi

- c. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan memutar sendi leher



- d. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan memutar sendi bahu



- e. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan memutar badan



f. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan mengayun



g. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan menekuk



Konfirmasi

- h. Mengevaluasi gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk
- i. Melakukan pengamatan
- j. Memberikan penghargaan kepada siswa

3. Kegiatan akhir pembelajaran

a. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi sambil bertepuk tangan bersuka ria



b. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan

c. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Peluit
2. Bendera
3. Buku penjaskes kelas 1

F. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none">• Membedakan gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk	<ul style="list-style-type: none">• Tes perorangan atau kelompok	<ul style="list-style-type: none">• Tes Lisan	<ul style="list-style-type: none">• Bedakan gerakan memutar, mengayun ataupun menekuk
<ul style="list-style-type: none">• Melakukan gerakan memutar,	<ul style="list-style-type: none">• Tes perorangan	<ul style="list-style-type: none">• Tes keterampilan	<ul style="list-style-type: none">• Lakukan gerakan memutar,

mengayun ataupun menekuk	atau kelompok		mengayun ataupun menekuk
--------------------------------	------------------	--	--------------------------------

Format Kriteria Penilaian

Produk

1. Papan penilaian gerakan memutar

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

2. Papan penilaian gerakan mengayun

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10

1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

3. Papan penilaian gerakan menekuk

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
1. Sikap awal					
2. Posisi kaki					
3. Posisi badan					
4. Posisi tangan					
5. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						

5						
---	--	--	--	--	--	--

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 27 september 2012
Guru Praktikan

Bambang S
NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho
NIM. 6102409076

Mengetahui

Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd

NIP. 19651114 198609 2 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : II
Semester : I
Hari / Tanggal : Rabu, 29 september 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 3 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

2. Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui permainan dan aktivitas jasmani, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar (KD)

- 2.1 Mempraktikkan gerak dasar jalan, lari, lompat yang bervariasi dalam permainan yang menyenangkan dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan menghargai diri sendiri

Indikator

Kognitif

Produk

2. Membedakan gerakan berjalan, berlari, dan melompat

Psikomotorik

4. Mempraktikkan gerakan jalan
5. Mempraktikkan gerakan lari
6. Mempraktikkan gerakan lompat

Afektif

6. Disiplin saat berlatih
7. Kesungguhan dalam berlatih
8. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
9. Menjadi pendengar yang baik
10. Berani bertanya

G. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

1. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan jalan, lari, dan lompat

Psikomotorik

2. Melakukan gerakan jalan
3. Melakukan gerakan lari
4. Melakukan gerakan lompat

Afektif

5. Pada saat mengikuti praktik gerakan jalan, lari, dan lompat menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan
6. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
7. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
8. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

H. Materi Pembelajaran

Pola gerak dasar lokomotor dalam bentuk permainan

I. Metode Pembelajaran

Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

J. Langkah-Langkah Pembelajaran

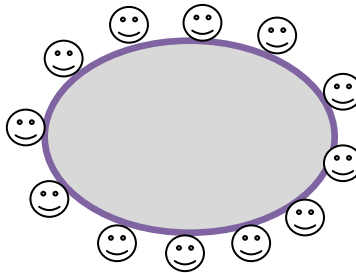
4. Kegiatan awal pembelajaran

- e. Siswa dibariskan menjadi empat baris
- f. Mengecek kehadiran siswa
- g. Apersepsi

Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti

h. Pemanasan

- Kepala (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri) 1 x 8 kali hitungan
- Berpegangan membentuk lingkaran, berlari kecil bernyanyi dan bertepuk tangan bersama
- Berpegangan tangan tarik kekanan-kiri dan kaki kedepan dan kebelakang
- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang
- Kaki Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)



5. Kegiatan inti pembelajaran

Eksplorasi

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

Elaborasi

m. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan jalan ke depan



n. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan jalan ke samping



o. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lari



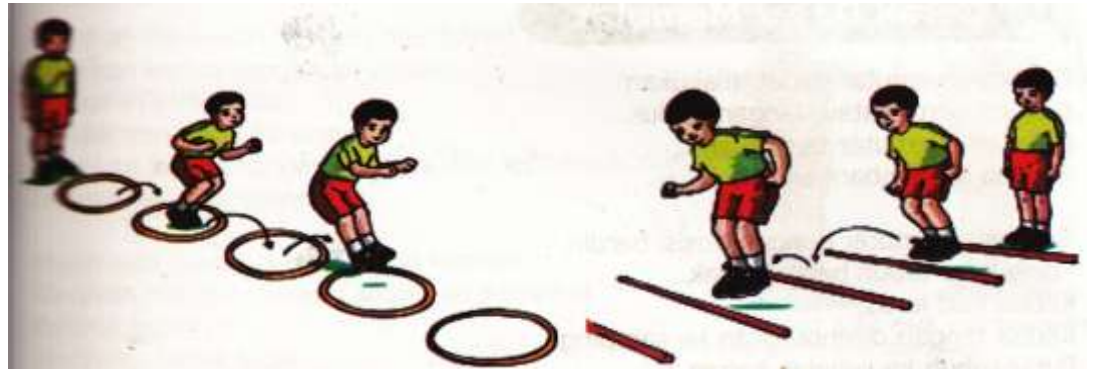
p. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lari melewati rintangan



q. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lompat ke depan



r. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lompat melewati rintangan



Konfirmasi

- s. Mengevaluasi gerakan-gerakan jalan, lari, dan lompat
- t. Melakukan pengamatan
- u. Memberikan penghargaan kepada siswa

6. Kegiatan akhir pembelajaran

d. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi sambil bertepuk tangan bersuka ria



Bermain bernyanyi dan bergerak berbalasan

- e. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan
- f. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

K. Alat dan Sumber Belajar

- 4. Peluit
- 5. Kapur
- 6. Buku penjaskes kelas 2

L. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Membedakan gerakan jalan, lari, dan lompat • Melakukan gerakan jalan, lari, dan lompat 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes perorangan atau kelompok • Tes perorangan atau kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes Lisan • Tes keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedakan gerakan jalan, lari, dan lompat • Lakukan gerakan jalan, lari, dan lompat

Format Kriteria Penilaian

Produk

4. Papan penilaian gerakan jalan

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
6. Sikap awal					
7. Posisi kaki					
8. Posisi badan					
9. Posisi tangan					
10. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

5. Papan penilaian gerakan lari

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
6. Sikap awal 7. Posisi kaki 8. Posisi badan 9. Posisi tangan 10. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

6. Papan penilaian gerakan lompat

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
6. Sikap awal 7. Posisi kaki 8. Posisi badan 9. Posisi tangan 10. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 29 september 2012
Guru Praktikan

Bambang S
NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho
NIM. 6102409076

Mengetahui

Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd

NIP. 19651114 198609 2 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : III
Semester : I
Hari / Tanggal : Jumat, 1 oktober 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 3 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

3. Mempraktikkan berbagai kombinasi gerak dasar melalui permainan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar (KD)

- 3.1 Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerjasama

Indikator

Kognitif

Produk

3. Membedakan gerakan jalan dan lari dalam permainan sederhana

Psikomotorik

7. Mempraktikkan gerakan jalan di tempat
8. Mempraktikkan gerakan berjalan dengan langkah tegap
9. Mempraktikkan gerakan lari berpegangan tangan

Afektif

11. Disiplin saat berlatih
12. Kesungguhan dalam berlatih
13. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
14. Menjadi pendengar yang baik
15. Berani bertanya

M. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

9. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan

Psikomotorik

10. Melakukan gerakan jalan di tempat
11. Melakukan gerakan berjalan dengan langkah tegap
12. Melakukan gerakan lari berpegangan tangan

Afektif

13. Pada saat mengikuti praktik gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan
14. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
15. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
16. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

N. Materi Pembelajaran

Latihan jalan dan lari

O. Metode Pembelajaran

Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

P. Langkah-Langkah Pembelajaran

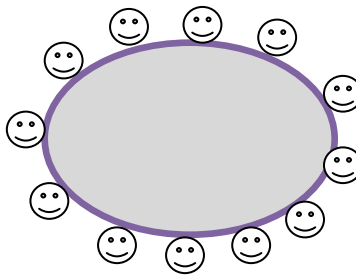
7. Kegiatan awal pembelajaran

- i. Siswa dibariskan menjadi empat baris
- j. Mengecek kehadiran siswa
- k. Apersepsi

Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti

l. Pemanasan

- Kepala (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri) 1 x 8 kali hitungan
- Berpegangan membentuk lingkaran, berlari kecil bernyanyi dan bertepuk tangan bersama
- Berpegangan tangan tarik kekanan-kiri dan kaki kedepan dan kebelakang
- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang
- Kaki Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyetuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyetuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)



8. Kegiatan inti pembelajaran

Eksplorasi

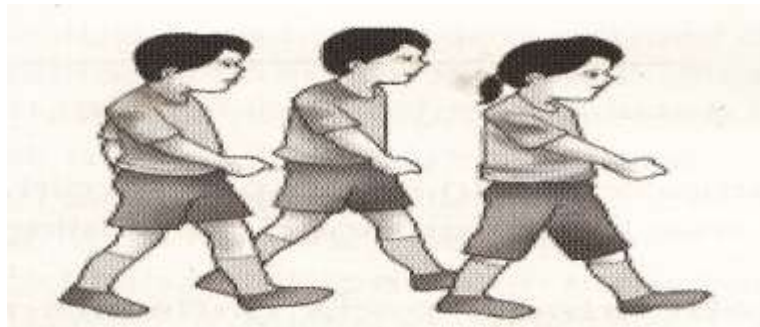
- v. Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru
- w. Guru membimbing dan memberikan contoh latihan-latihan yang akan dilakukan

Elaborasi

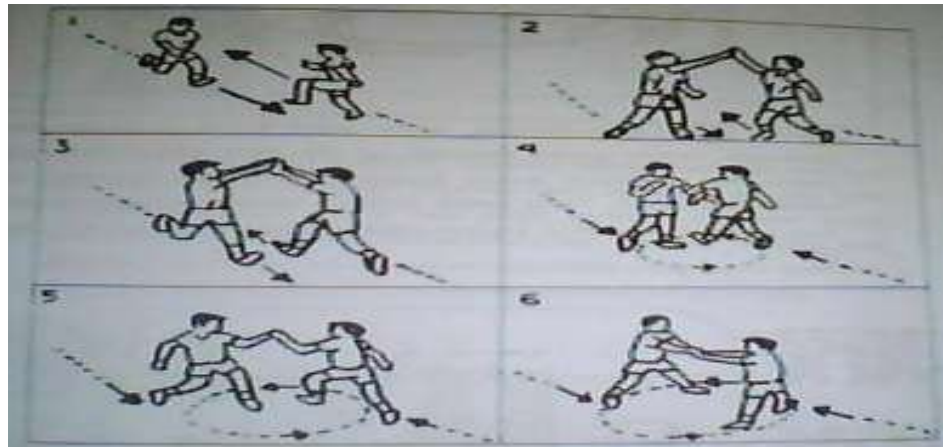
- x. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan jalan di tempat



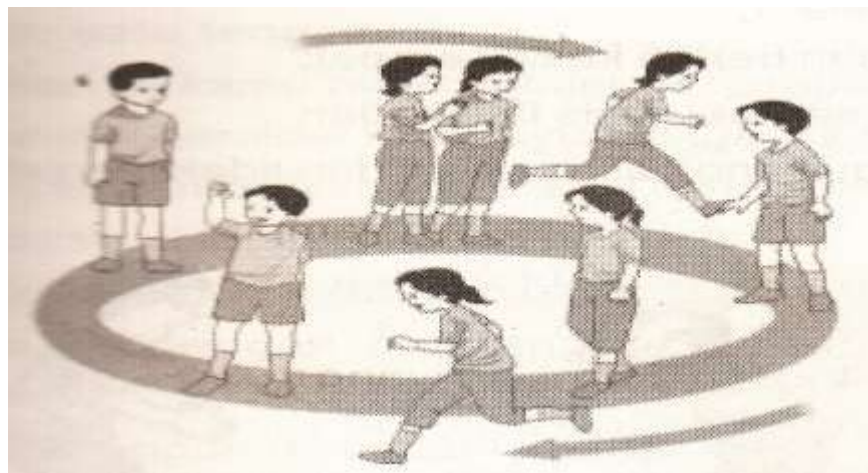
- y. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan berjalan dengan langkah tegap



- z. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lari berpegangan tangan



- aa. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lari bersambung (estafet)



Konfirmasi

- bb. Mengevaluasi gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan
- cc. Melakukan pengamatan
- dd. Memberikan penghargaan kepada siswa

9. Kegiatan akhir pembelajaran

g. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi sambil bertepuk tangan bersuka ria



- h. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan
- i. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

Q. Alat dan Sumber Belajar

- 7. Peluit
- 8. Tongkat kecil
- 9. Buku Penjaskes kelas 3

R. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Membedakan gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan • Melakukan gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes perorangan atau kelompok • Tes 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes Lisan • Tes keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedakan gerakan jalan di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan • Lakukan gerakan jalan

berpegangan tangan	perorangan atau kelompok		di tempat, berjalan dengan langkah tegap, dan lari berpegangan tangan
--------------------	--------------------------	--	---

Format Kriteria Penilaian

Produk

7. Papan penilaian gerakan jalan di tempat

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
11. Sikap awal 12. Posisi kaki 13. Posisi badan 14. Posisi tangan 15. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

8. Papan penilaian gerakan berjalan dengan langkah tegap

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
11. Sikap awal 12. Posisi kaki 13. Posisi badan 14. Posisi tangan 15. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

9. Papan penilaian gerakan lari berpegangan tangan

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
11. Sikap awal 12. Posisi kaki 13. Posisi badan 14. Posisi tangan 15. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						

3						
4						
5						

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 1 oktober 2012
Guru Praktikan

Bambang S
NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho
NIM. 6102409076

Mengetahui
Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd
NIP. 19651114 198609 2 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : IV
Semester : I
Hari / Tanggal : Kamis, 3 oktober 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

4. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar (KD)

- 4.1 Mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran

Indikator

Kognitif

Produk

4. Membedakan gerakan forehand, backhand, dan servis dalam permainan bola tonis

Psikomotorik

10. Mempraktikkan gerakan forehand
11. Mempraktikkan gerakan backhand
12. Mempraktikkan gerakan servis

Afektif

16. Disiplin saat berlatih
17. Kesungguhan dalam berlatih
18. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
19. Menjadi pendengar yang baik
20. Berani bertanya

S. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

17. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan forehand, backhand, dan servis

Psikomotorik

18. Melakukan gerakan forehand
19. Melakukan gerakan backhand
20. Melakukan gerakan servis

Afektif

21. Pada saat mengikuti praktik gerakan forehand, backhand, dan servis menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan
22. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
23. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
24. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

T. Materi Pembelajaran

Permainan bola kecil Tonis

U. Metode Pembelajaran

Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

V. Langkah-Langkah Pembelajaran

10. Kegiatan awal pembelajaran

m. Siswa dibariskan menjadi empat baris

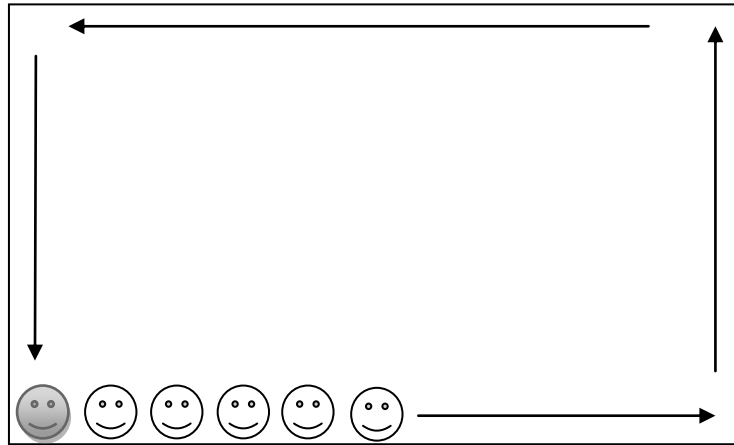
n. Mengecek kehadiran siswa

o. Apersepsi

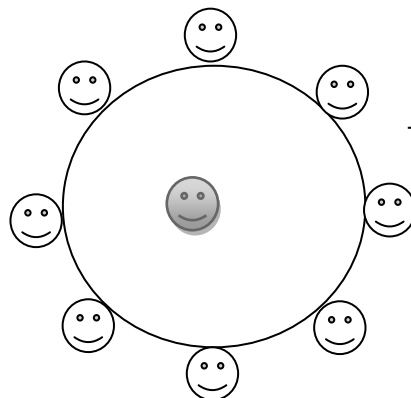
Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti

p. Pemanasan

1) Lari 2x memutari lapangan/game area



2) Membentuk lingkaran untuk mulai warming up statis (tubuh bag. atas-tengah-bawah) dilanjutkan gerakan dinamis (tubuh bag. atas-tengah-bawah), dan guru ada didalam untuk memimpin warming up



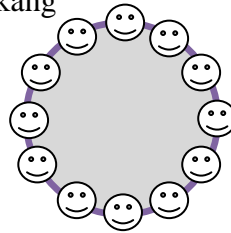
- Warming up statis

1. Kepala (1x8 hitungan)

- (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri)

3) Tangan (1x8 hitungan)

- Berpegangan membentuk lingkaran, tarik kekanan-kiri -> kaki kedepan dan kebelakang



- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang

4) Kaki (1x8 hitungan)

- Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)

11. Kegiatan inti pembelajaran

Eksplorasi

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

Elaborasi

- gg. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lempar tangkap bola tonis



hh. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan forehand



ii. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan backhand



jj. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan servis



Konfirmasi

kk. Mengevaluasi gerakan forehand, backhand, dan servis

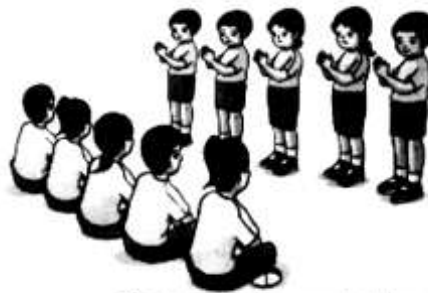
ll. Melakukan pengamatan

mm. Memberikan penghargaan kepada siswa

12. Kegiatan akhir pembelajaran

j. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi berbalasan



Bermain bernyanyi dan bergerak berbalasan

k. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan

l. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

W. Alat dan Sumber Belajar

10. Peluit

11. Lapangan

12. Paddle

13. Bola Tonis

14. Net

15. Buku Penjaskes kelas 4

X. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Membedakan gerakan forehand, backhand, dan servis • Melakukan gerakan backhand, dan servis 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes perorangan atau kelompok • Tes perorangan atau kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes Lisan • Tes keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedakan gerakan forehand, backhand, dan servis • Lakukan gerakan forehand, backhand, dan servis

Format Kriteria Penilaian

Produk

10. Papan penilaian gerakan forehand

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
16. Sikap awal					
17. Posisi kaki					
18. Posisi badan					
19. Posisi tangan					
20. Sikap akhir					

JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

11. Papan penilaian gerakan backhand

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
16. Sikap awal 17. Posisi kaki 18. Posisi badan 19. Posisi tangan 20. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

12. Papan penilaian gerakan servis

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
16. Sikap awal 17. Posisi kaki 18. Posisi badan 19. Posisi tangan 20. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 3 oktober 2012
Guru Praktikan

Bambang S
NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho
NIM. 6102409076

Mengetahui

Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd

NIP. 19651114 198609 2 001

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : V
Semester : I
Hari / Tanggal : Sabtu, 5 oktober 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

5. Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi Dasar (KD)

- 1.2 Mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran

Indikator

Kognitif

Produk

5. Membedakan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak dalam permainan sepak bola

Psikomotorik

13. Mempraktikkan gerakan menendang dan mengontrol
14. Mempraktikkan gerakan mendribble
15. Mempraktikkan gerakan menembak

Afektif

21. Disiplin saat berlatih
22. Kesungguhan dalam berlatih
23. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
24. Menjadi pendengar yang baik
25. Berani bertanya

Y. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

25. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak

Psikomotorik

26. Melakukan gerakan menendang dan mengontrol
27. Melakukan gerakan mendribble
28. Melakukan gerakan menembak

Afektif

29. Pada saat mengikuti praktik gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan
30. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
31. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
32. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

Z. Materi Pembelajaran

Permainan sepak bola

AA. Metode Pembelajaran

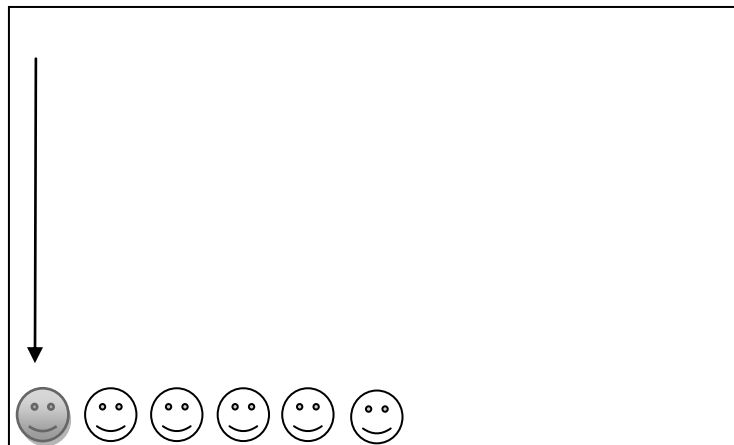
Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

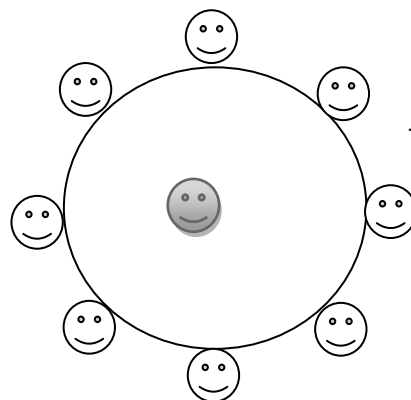
BB. Langkah-Langkah Pembelajaran

13. Kegiatan awal pembelajaran

- q. Siswa dibariskan menjadi empat baris
- r. Mengecek kehadiran siswa
- s. Apersepsi
Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti
- t. Pemanasan
 - 5) Lari 2x memutar lapangan/game area



- 6) Membentuk lingkaran untuk mulai warming up statis (tubuh bag. atas-tengah-bawah) dilanjutkan gerakan dinamis (tubuh bag. atas-tengah-bawah), dan guru ada didalam untuk memimpin warming up

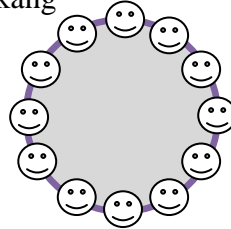


- Warming up statis
- 2. Kepala (1x8 hitungan)

- (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri)

7) Tangan (1x8 hitungan)

- Berpegangan membentuk lingkaran, tarik kekanan-kiri -> kaki kedepan dan kebelakang



- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang

8) Kaki (1x8 hitungan)

- Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)

14. Kegiatan inti pembelajaran

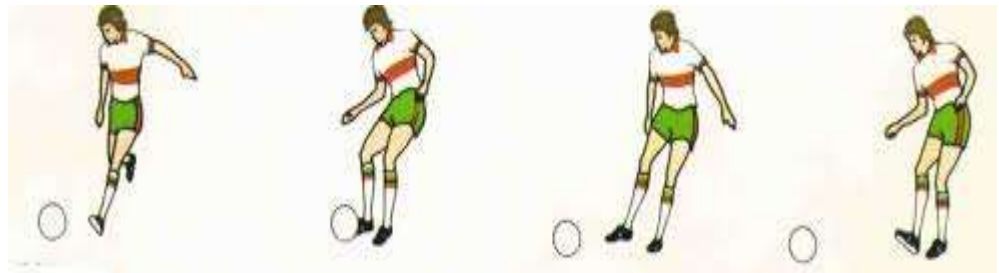
Eksplorasi

nn. Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru

oo. Guru membimbing dan memberikan contoh latihan-latihan yang akan dilakukan

Elaborasi

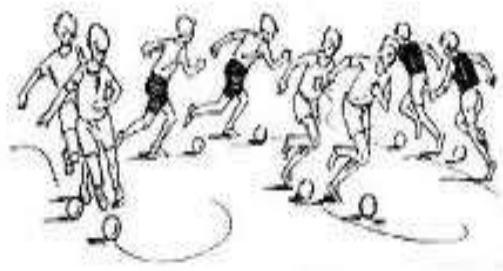
pp. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan menendang



qq. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan passing berpasangan dan mengontrol



rr. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan mendribel



ss. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan menembak



Konfirmasi

- tt. Mengevaluasi gerakan menendang, mengontrol, mendrible, dan menembak
- uu. Melakukan pengamatan
- vv. Memberikan penghargaan kepada siswa

15. Kegiatan akhir pembelajaran

m. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi berbalasan



- n. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan
- o. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

CC. Alat dan Sumber Belajar

- 16. Peluit
- 17. Lapangan
- 18. Gawang
- 19. Bola Sepak
- 20. Buku Penjaskes kelas 5

DD. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> Membedakan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak Melakukan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak 	<ul style="list-style-type: none"> Tes perorangan atau kelompok Tes perorangan atau kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> Tes Lisan Tes keterampilan 	<ul style="list-style-type: none"> Bedakan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak Lakukan gerakan menendang, mengontrol, mendribble, dan menembak

Format Kriteria Penilaian

Produk

13. Papan penilaian gerakan menendang dan mengontrol

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor
--------------------	----------------

	10	30	20	30	10
21. Sikap awal 22. Posisi kaki 23. Posisi badan 24. Posisi tangan 25. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

14. Papan penilaian gerakan mendribble

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
21. Sikap awal 22. Posisi kaki 23. Posisi badan 24. Posisi tangan 25. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

15. Papan penilaian gerakan menembak

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
21. Sikap awal 22. Posisi kaki 23. Posisi badan 24. Posisi tangan 25. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal :					

100	
-----	--

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 5 oktober 2012
Guru Praktikan

Bambang S
NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho
NIM. 6102409076

Mengetahui

Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd

NIP. 19651114 198609 2 001

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : SD Negeri Patemon 01
Kelas : VI
Semester : I
Hari / Tanggal : Senin, 8 oktober 2012
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

Standar Kompetensi (SK)

6. Mempraktikkan berbagai gerak dasar permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi, dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

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

6. Membedakan gerakan passing, mendrible, dan menembak dalam permainan bola basket

Psikomotorik

16. Mempraktikkan gerakan passing
17. Mempraktikkan gerakan mendrible
18. Mempraktikkan gerakan menembak

Afektif

26. Disiplin saat berlatih
27. Kesungguhan dalam berlatih
28. Kerjasama dalam menjaga kebersihan dan keselamatan dalam pembelajaran
29. Menjadi pendengar yang baik
30. Berani bertanya

EE. Tujuan Pembelajaran

Kognitif

1. Tanpa melakukan gerakan siswa dapat membedakan gerakan passing, mendrible, dan menembak

Psikomotorik

2. Melakukan gerakan passing
3. Melakukan gerakan mendrible
4. Melakukan gerakan menembak

Afektif

5. Pada saat mengikuti praktik gerakan passing, mendrible, dan menembak menunjukkan sikap disiplin dan kesungguhan

6. Siswa dapat menjaga kebersihan dan keselamatan dengan saling memperhatikan teman dan bekerjasama dalam kelompok
7. Pada saat guru menjelaskan materi, siswa dapat menjadi pendengar yang baik
8. Pada saat mengikuti pembelajaran siswa berani bertanya

FF. Materi Pembelajaran

Permainan bola basket

GG. Metode Pembelajaran

Model : Pembelajaran langsung

Metode : Ceramah, demonstrasi, praktek

HH. Langkah-Langkah Pembelajaran

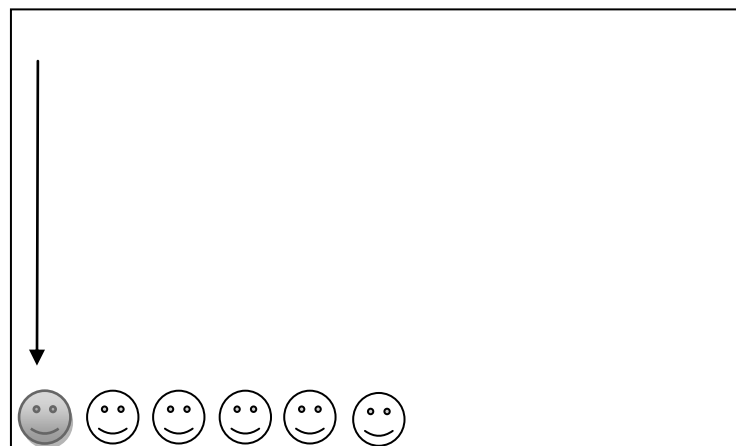
16. Kegiatan awal pembelajaran

- u. Siswa dibariskan menjadi empat baris
- v. Mengecek kehadiran siswa
- w. Apersepsi

Menyampaikan bahan materi dengan berorientasi pada kegiatan inti

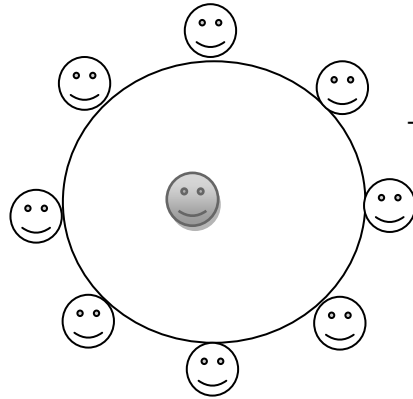
x. Pemanasan

9) Lari 2x memutar lapangan/game area



10) Membentuk lingkaran untuk mulai warming up statis (tubuh bag. atas-tengah-bawah) dilanjutkan gerakan dinamis (tubuh bag. atas-

tengah-bawah), dan guru ada didalam untuk memimpin warming up

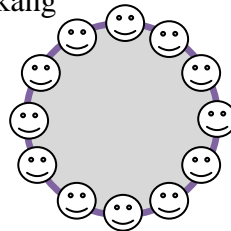


- Warming up statis
- 3. Kepala (1x8 hitungan)

- (diangkat keatas -> tundukkan kebawah -> patahkan ke kanan-kiri -> tengokkan ke kanan-kiri)

11) Tangan (1x8 hitungan)

- Berpegangan membentuk lingkaran, tarik kekanan-kiri -> kaki kedepan dan kebelakang



- Angkat kaki kedepan dan kebelakang seperti kapal terbang

12) Kaki (1x8 hitungan)

- Kanan (Tekuk kaki keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)
- Kiri (Tekuk kaki kiri keatas sampai menyentuh perut -> kaki kanan sila -> tekuk kebelakang)

17. Kegiatan inti pembelajaran

Eksplorasi

ww. Siswa mendengarkan penjelasan materi dari guru

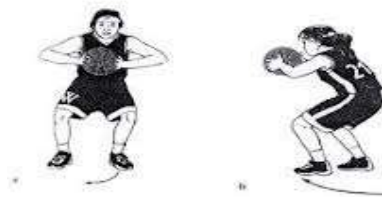
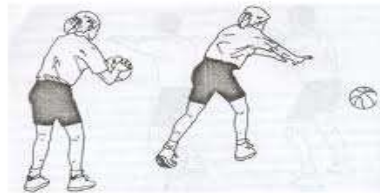
xx. Guru membimbing dan memberikan contoh latihan-latihan yang akan dilakukan

Elaborasi

yy. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan lempar tangkap berpasangan



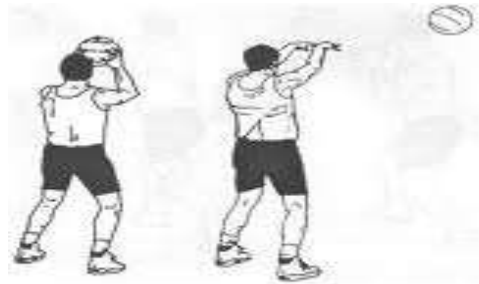
zz. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan passing



aaa. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan mendribble



bbb. Menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan menembak



Konfirmasi

ccc. Mengevaluasi gerakan passing, mendribble, dan menembak

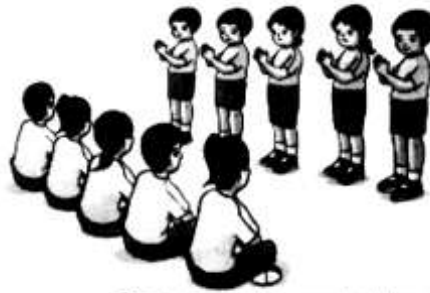
ddd. Melakukan pengamatan

eee. Memberikan penghargaan kepada siswa

18. Kegiatan akhir pembelajaran

p. Pendinginan

- Siswa diajak bernyanyi berbalasan



Bermain bernyanyi dan bergerak berbalasan

- q. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan / diajarkan
- r. Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

II. Alat dan Sumber Belajar

- 21. Peluit
- 22. Lapangan
- 23. Bola basket
- 24. Buku Penjaskes kelas 6

JJ. Penilaian

Indikator	Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen / Soal
<ul style="list-style-type: none"> • Membedakan gerakan passing, mendrible, dan menembak 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes perorangan atau kelompok 	<ul style="list-style-type: none"> • Tes Lisan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedakan gerakan passing, mendrible, dan menembak
<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan 		<ul style="list-style-type: none"> • Tes 	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan

passing, mendrible, dan menembak	<ul style="list-style-type: none"> Tes perorangan atau kelompok 	keterampilan	gerakan passing, mendrible, dan menembak
----------------------------------	--	--------------	--

Format Kriteria Penilaian

Produk

16. Papan penilaian gerakan passing

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
26. Sikap awal 27. Posisi kaki 28. Posisi badan 29. Posisi tangan 30. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

17. Papan penilaian gerakan mendrible

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
26. Sikap awal 27. Posisi kaki 28. Posisi badan 29. Posisi tangan 30. Sikap akhir					
JUMLAH					

Jumlah skor maksimal : 100	
-------------------------------	--

18. Papan penilaian gerakan menembak

Aspek yang Dinilai	Perolehan Skor				
	10	30	20	30	10
26. Sikap awal 27. Posisi kaki 28. Posisi badan 29. Posisi tangan 30. Sikap akhir					
JUMLAH					
Jumlah skor maksimal : 100					

Rekap Penilaian

No.	Nama Siswa	Perolehan Nilai Soal Ke			Jumlah	Rata-rata
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						

Mengetahui,
Guru Penjasorkes

Semarang, 8 oktober 2012
Guru Praktikan

Bambang S

NIP. 19630414 198405 1 003

Gayuh Adi Nugroho

NIM. 6102409076

Mengetahui

Kepala Sekolah SDN Patemon 01

Sri Hartati, M.Pd

NIP. 19651114 198609 2 001

LAMPIRAN 6


Daftar Hadir Daring

Bulan : September

No.	Nama	NIM	Jurusan	21/9		24/9		25/9		26/9		27/9		28/9		29/9		30/9		
				Jam	TT	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam	TTD	Jam
1.	Tri Handayani	1401401198	PGSD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
2.	Aldi Fahrya A.	1401401014	PGSD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
3.	Selak Prita S	1401401034	PGSD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
4.	Dwi Ageng W.	1401401030	PGSD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
5.	Dina Aya O.	1401401042	PGSD																	
6.	Ulqomah A.	1401401010	PGSD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
7.	Dianawati F.	0101010022	PGPISD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00
8.	Gayah Ad N.	0101010076	PLPISD			07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00	Kel	07.00

Mengetahui,

Kepala Sekolah SDN Pacoran 01


 NIP. 19631114198092001

Ketua Koordinator Mahasiswa PPL

Dwi Ageng Wibawa
 NIM. 1401401040

Daftar Studi Pustaka

Revisi / Agustin

No	Nama	NIM	Asesmen	208		209		210		211		212		213		214	
				Jan	Feb	Jan	Feb	Jan	Feb	Jan	Feb	Jan	Feb	Jan	Feb	Jan	Feb
1	Yi Huchanul	1401400100	PK00														
2	Andi Hafidza A.	1401400101	PK00														
3	Indah Prita S.	1401400102	PK00														
4	Dwi Agung W.	1401400103	PK00														
5	Dia Ayu C.	1401400104	PK00														
6	Intanmah A.	1401400105	PK00														
7	Dewi Nurul F.	1401400106	PK00														
8	Haris Ad H.	1401400107	PK00														

Kepengabdian:

Kepala Bimbingan SKDI (Pembina) (K)

Nr. 1401400100

NIM 1401400100

Ketua Koordinator Mahasiswa (K)

Dwi Agung Wibisono

NIM 1401400100

