

RENCANA PEMBELAJARAN MENDALAM KURIKULUM MERDEKA

Nama Penyusun : _____
NIP : _____
Nama Sekolah : _____
Mata pelajaran : _____
Fase, Kelas / Semester : _____
Tahun Ajaran : _____

A. IDENTITAS	
Nama Penyusun	:
Sekolah / Madrasah	:
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 2 (Dua) / I (Ganjil)
Alokasi Waktu	: 8 JP (@ 35 Menit)
Bab /Tema	: 2 / Aktivitas Gerak Dasar Nonlokomotor
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu mempragakan berbagai variasi gerak nonlokomotor dengan koordinasi tubuh yang baik. ▪ Siswa mampu bekerja sama dan saling membantu teman dalam berlatih gerakan. ▪ Siswa mampu mengaitkan manfaat gerak nonlokomotor dengan aktivitas harian seperti senam, menari, atau olahraga ringan.	
2. DIMENSI PROFIL LULUSAN	
1. ☐ Keimanan dan Ketakwaan terhadap tuhan YME 2. ☐ Kewargaan 3. ☐ Penalaran Kritis 4. ☐ Kreativitas 5. ☐ Kolaborasi 6. ☐ Kemandirian 7. ☐ Kesehatan 8. ☐ Komunikasi	
C. DESAIN PEMBELAJARAN	
1. TUJUAN PEMBELAJARAN	
▪ Siswa mampu mempraktikkan dan memahami variasi memutar, menekuk, mengayun, dan meliuk. ▪ Siswa mampu bergotong royong dan mandiri sesuai Pancasila; ▪ Siswa mampu memanfaatkan aktivitas gerak nonlokomotor dalam kehidupan sehari-hari.	
2. PRAKTIK PEDAGOGIK	
▪ Pendekatan Pembelajaran Mendalam (sadar, bermakna, penuh kebahagiaan) ▪ Ceramah, tanya jawab, diskusi, dan berkelompok. ▪ Metode Pjbl	
3. MITRA PEMBELAJARAN	
▪ Warga lingkungan sekolah/madrasah ▪ Komunitas Bahasa Indonesia	
4. LINGKUNGAN PEMBELAJARAN	
▪ Pembelajaran dapat memanfaatkan lingkungan sekolah/madrasah sebagai ruang fisik. ▪ Penggunaan platform online / digital untuk menambah wawasan siswa dan melatih literasi digital. ▪ Budaya belajar yang mendorong partisipasi aktif siswa, serta menumbuhkan rasa ingin tahu melalui diskusi, kerja tim, maupun kolaborasi.	

D. PENGALAMAN BELAJAR

1. PEMAHAMAN BERMAKNA

- Gerak Memutar
- Gerak Menekuk.
- Gerak Mengayun
- Gerak Meliuk

2. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan Pembukaan:

1. Mengucapkan salam
2. Berdoa menurut keyakinan masing-masing
3. Mengecek kehadiran
4. Pembiasaan
5. **Apersepsi:** Guru menanyakan kepada siswa, “Gerakan apa yang biasa kalian lakukan, apakah memutar atau mengayun?” dan guru memperkenalkan gerakan Nonlokomotor dasar.
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar cara memutar, menekuk, mengayun, dan meliuk agar tubuh kita menjadi lebih lentur, kuat dan seimbang.

Kegiatan Inti

1. Ayo Telaah **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mengamati (halaman 18)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.
2. Ayo Eksplorasi **Pembelajaran Bermakna**
 - A. Gerak Memutar (halaman 19)
 - Guru membacakan pengertian gerak nonlokomotor.
 - Siswa diminta menyimak dan memperhatikan saat guru menjelaskan.
 - B. Gerak Menekuk (halaman 20)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak menekuk.
 - Siswa diminta untuk mencoba gerak nonlokomotor dasar.
 - C. Gerak Mengayun (halaman 21)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak mengayun.
 - Siswa diminta untuk menirukan gerakan guru.
 - D. Gerak Meliuk (halaman 23)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak meliuk.
 - Siswa diminta untuk menirukan gerakan-gerakan guru.
 - Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan
- Ayo Rumuskan **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 25)
 - Siswa diminta untuk mengamati dan menjawab pertanyaan
3. Ayo Presentasikan **Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 26)
 - Siswa diminta untuk presentasikan di depan kelas hasil kesimpulan yang sudah kalian isi, perhatikan dan beri tanggapan terhadap presentasi teman.
4. Ayo Aplikasikan **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 26)
 - Siswa diminta untuk mengisi kolom yang ada sesuai dengan kehidupan sehari-hari materi nonlokomotor yang tepat.

5. Duniyawiyah (halaman 27) **Mindfull Learning**
 - Guru menanya siswa apa kegiatan positif kalian setelah belajar mengenai gerak nonlokomotor.
 - Siswa diminta menulis pada kolom kegiatan.
6. Ukhrawiyah (halaman 27) **Mindfull & Meaningful Learning**
 - Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
 - Apa yang kalian ketahui tentang gerakan berjalan, berlari, dan melompat?
 - Apakah kalian bisa menunjukkan cara berjalan atau melompat yang benar?
 - Mengapa penting melakukan gerakan tubuh dengan cara yang aman
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
 Indikator: Melakukan gerakan berjalan, berlari, dan melompat dengan postur tubuh yang benar, mengikuti instruksi guru dengan baik, serta menampilkan variasi gerakan secara kreatif dan aman.

No	Nama	Aspek									Rata-rata
		Kelancaran			Ketuntasan			Pelafalan			
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.											
2.											
3.											

Kelancaran:

1. Jeda lama dalam berkomunikasi
2. Sedikit jeda dalam berkomunikasi
3. Berkomunikasi tanpa jeda yang lama

Ketuntasan:

1. Kesulitan berkomunikasi
2. Sedikit kesulitan berkomunikasi
3. Berkomunikasi dengan baik

Pelafalan:

1. Kesulitan melafalkan
2. Sedikit kesulitan melafalkan
3. Lancar melafalkan

F. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMEDIAL

Pengayaan

- Pengayaan: Kegiatan pembelajaran yang dapat digunakan guru untuk siswa yang memiliki minat tinggi terhadap topik/kegiatan pembelajaran atau memperlihatkan penguasaan kompetensi yang lebih tinggi dibanding kompetensi yang sedang dipelajari.

Remedial

- Remedial: Kegiatan pembelajaran untuk peserta didik yang ingin memperkuat pemahaman pada kompetensi sebelum kompetensi yang sedang di pelajari atau untuk peserta didik yang memperlihatkan penguasaan kompetensi yang lebih rendah dibanding kompetensi yang sedang dipelajari.

LAMPIRAN

A. LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-1

Nama :

Kelas :

Ayo Rumuskan

Dari materi Aktivitas Gerak Dasar Nonlokomotor yang sudah kita pelajari, lakukan:

Kegiatan 1

Amatilah temanmu saat melakukan gerakan berikut:

- Menoleh ke kanan dan ke kiri
- Mengangkat tangan ke atas
- Membungkuk ke depan
- Memutar badan pelan-pelan

PJOK Untuk SD/MI

25

Kelas 2 Fase A

Kegiatan 2

Setelah mengamati, jawablah pertanyaan di bawah ini!

- Gerakan mana yang mudah dilakukan?
- Gerakan mana yang membuat tubuh terasa tertarik atau meregang?
- Tuliskan kesimpulan dari diskusi kalian pada kolom di bawah ini!

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikanlah di depan kelas hasil kesimpulan yang sudah kalian buat! Perhatikan dan berilah tanggapan terhadap presentasi temanmu!

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-3

Nama :

Kelas :

Ayo Aplikasikan

Isilah kolom di bawah ini dengan kegiatan sehari-hari yang berhubungan dengan aktivitas gerak dasar lokomotor!

No	Gerak Dasar Nonlokomotor	Contoh Kegiatan Sehari-hari
1.	Gerak Memutar	
2.	Gerak Menekuk	
3.	Gerak Mengayun	
4.	Gerak Meliuk	

ASESMEN SUMATIF

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

A. Berilah tanda silang (x) pada huruf a, b, dan c untuk jawaban yang benar!

- Gerakan ini melibatkan memutar bagian tubuh tertentu, merupakan pengertian dari
 - gerak meliuk
 - gerak memutar
 - gerak menekuk
- Menggerakkan pergelangan kaki membentuk lingkaran termasuk jenis gerak
 - memutar
 - mengayun
 - menekuk
- Gerakan yang melibatkan ayunan bagian tubuh dari satu arah ke arah lainnya secara berulang disebut
 - gerak meliuk
 - gerak mengayun
 - gerak memutar
- Sikap berdiri saat mengayun kaki ke samping adalah
 - berdiri satu kaki
 - berdiri dua kaki
 - a dan b benar
- Posisi kaki saat mengayun badan ke samping adalah
 - rapat
 - melayang
 - terbuka

PJOK untuk SD/MI

28

Kelas 2 Fase A

- Gerakan membengkokkan atau melengkungkan tubuh ke berbagai arah disebut
 - gerak meliuk
 - gerak memutar
 - gerak mengayun
- Menggerakkan bahu ke depan dan belakang secara melingkar disebut dengan
 - menekuk bahu
 - mengayun bahu
 - memutar bahu
- Membuka dan menutup jari-jari tangan secara bergantian merupakan salah satu gerakan
 - menekuk jari-jari
 - memutar jari-jari
 - mengayun jari-jari
- Menggerakkan kepala secara melingkar disebut
 - mengayun kepala
 - meliuk kepala
 - memutar kepala
- Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar di atas merupakan gerak

- memutar pinggang
- menekuk pinggang
- mengayun pinggang

PJOK Untuk SD/MI

29

Kelas 2 Fase A

B. Jawablah pertanyaan berikut ini!

1. Jelaskan pengertian gerak memutar!

2. Bagaimana cara memutar pergelangan kaki? Jelaskan!

3. Apa yang dimaksud dengan gerak mengayun?

4. Sebutkan macam-macam gerak menekuk!

5. Jelaskan bagaimana cara melakukan gerak meliuk ke samping!

B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

1. Refleksi untuk Guru

- Apakah siswa sudah mampu melakukan gerakan dasar lokomotor dengan benar, mengikuti arahan dengan baik, serta menunjukkan kreativitas dan semangat selama pembelajaran berlangsung?
- Apakah metode pembelajaran yang digunakan (penuh kesadaran, penuh kegembiraan, penuh makna) sudah efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran?
- Apakah ada siswa yang masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar lokomotor dengan benar, mengikuti arahan dengan baik, serta menunjukkan kreativitas dan semangat selama pembelajaran berlangsung?

2. Tindak Lanjut dan Perbaikan Pembelajaran

- Guru dapat memberikan perhatian khusus kepada siswa yang masih kesulitan memahami sifat dan karakter tokoh cerita dengan baik.
- Mengadakan sesi praktek tambahan di kelas untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

D. DAFTAR PUSTAKA

Afandi, Taufik. 2025. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk SDIT/MI Kelas 2*. Temanggung: Griya Matahari Publishing.
Sumber lainnya yang Relevan

Mengetahui,
Kepala Sekolah

..... 20
Guru Mata Pelajaran

(.....)
NIP.

(.....)
NIP.