

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	: 3 / Gerak Dasar Manipulatif
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu mempragakan berbagai bentuk gerak manipulatif sesuai instruksi guru. ▪ Siswa mampu bekerja sama dan menunjukkan sikap disiplin dalam permainan. ▪ Siswa mampu memahami manfaat gerak manipulatif bagi Kesehatan, kekuatan, dan keterampilan kalimat.	
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 gerak manipulative dalam permainan, seperti melempar, menangkap, memukul, atau mndendang dengan teknik yang benar dan aman. ▪ Siswa mampu menjukan sikap gotong royong, kerja sama, sportivitas, dan kemandirian sesuai dengan nilai – nilai Pancasila selama bermain dan berlatih. ▪ Siswa mampu memanfaatkan aktivitas gerak manipulative dalam kehidupan sehari – hari, seperti bermain bola, senam, atau kegiatan yang melatih koordinasi tangan dan tangan.	
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 Melempar.
- Gerak Menangkap.
- Gerak Memukul.
- Melempar dan Menangkap Bola Besar.
- Menendang dan Menghentikan Bola.

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, “Siapa yang suka bermain bola atau melempar benda?” dan guru memperkenalkan gerakan manipulatif dasar.
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar cara Gerakan manipulatif, seperti melempar, menangkap, atau menendang, supaya tubuh kita semakin terampil, kuat, dan sehat.

Kegiatan Inti

1. Ayo Telaah **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mengamati (halaman 31)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.
2. Ayo Eksplorasi **Pembelajaran Bermakna**
 - A. Gerak Melempar (halaman 32)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak melempar.
 - Siswa diminta menyimak dan memperhatikan saat guru menjelaskan.
 - B. Gerak Menangkap (halaman 33)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak menangkap.
 - Siswa diminta untuk mencoba gerak manipulatif dasar.
 - C. Gerak Memukul (halaman 34)
 - Guru menjelaskan macam-macam gerak memukul.
 - Siswa diminta untuk menirukan gerakan guru.
 - D. Melempar dan Menangkap Bola Besar (halaman 36)
 - Guru menjelaskan gerakan-gerakan yang ada.
 - Siswa diminta untuk menirukan gerakan-gerakan guru.
 - E. Menendang dan Menghentikan Bola (halaman 38)
 - Guru menjelaskan cara menendang dan menghentikan bola.
 - Siswa diminta untuk menirukan yang dilakukan oleh guru.
 - Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan
3. Ayo Rumuskan **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 41)
 - Siswa diminta untuk mengelompokkan kata-kata dibawah pada kolom yang tersedia.
4. Ayo Presentasikan **Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 42)
 - Siswa diminta untuk presentasikan di depan kelas hasil rumusan yang sudah kalian isi, perhatikan dan beri tanggapan terhadap presentasi teman.

5. Ayo Aplikasikan **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**

- Mencoba (halaman 42)
 - Siswa diminta untuk mengisi kolom dengan kegiatan sehari-hari yang berhubungan dengan gerak dasar manipulative.

6. Duniyawi (halaman 43) **Mindfull Learning**

- Guru menanya siswa apa kegiatan positif kalian setelah belajar mengenai gerak manipulatif.
- Siswa diminta menulis pada kolom kegiatan.

7. Ukhrawiyah (halaman 43) **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

Kelompokkan kata-kata di bawah ini pada kolom yang tersedia!

Menangkap bola

Menandang bola

Melempar bola

Memukul bola dengan alat

Menghentikan bola

Gerak Tangan

Gerak Kaki

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikanlah di depan kelas hasil dari rumusan yang telah kalian kerjakan! 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 gerak dasar manipulatif!

No	Gerak Dasar Manipulatif	Kegiatan Sehari-hari
1.	Gerak Melempar	
2.	Gerak Menangkap	
3.	Gerak Memukul	
4.	Gerak Menendang	
5.	Gerak Menghentikan	



ASESMEN SUMATIF

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

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

1. Gerak melempar bola dilakukan dengan tujuan ...
 - a. mengoper bola kepada teman
 - b. menyembunyikan bola
 - c. menahan bola agar tidak jatuh
2. Jenis lemparan yang digunakan dalam permainan kasti adalah ...
 - a. lemparan atas
 - b. lemparan bawah
 - c. lemparan melambung
3. Agar bola tidak mudah lepas saat ditangkap, sebaiknya kita ...
 - a. menangkap bola dengan satu tangan saja
 - b. menutup tangan dengan rapat setelah menangkap bola
 - c. menghindari bola agar tidak terkena badan
4. Ketika menangkap bola, pandangan kita harus ...
 - a. mengikuti arah bola yang datang
 - b. menghadap bawah
 - c. menghadap samping
5. Tindakan mengayunkan atau menggerakkan tangan, lengan, atau alat tertentu untuk mengenal sasaran dengan tujuan menghasilkan benturan disebut ...
 - a. gerak melempar
 - b. gerak memukul
 - c. gerak menangkap

KODE Untuk SD/MI

44

Kelas 2 Fase B

6. Yang bukan termasuk gerak memukul dengan tangan adalah ...
 - a. Slapping
 - b. Striking
 - c. Elbow strike

7. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar di samping adalah contoh permainan yang berkaitan dengan gerak dasar manipulatif yang disebut dengan ...

- a. sepak bola
 - b. kasti
 - c. lari estafet
8. Saat menendang bola, agar arah bola lebih terarah kita harus ...
 - a. menutup mata
 - b. menendang bola dengan asal-asalan
 - c. mengarahkan pandangan ke bola dan sasaran
 9. Saat menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, posisi kaki harus ...
 - a. dihadapkan ke arah bola untuk menahan lajunya
 - b. ditekuk ke belakang
 - c. ditempelkan ke lantai tanpa bergerak
 10. Bagian tubuh yang dapat digunakan untuk menghentikan bola adalah ...
 - a. kepala, tangan, dan dada
 - b. kaki, paha, dan dada
 - c. tangan, lutut, dan kepala

KODE Untuk SD/MI

45

Kelas 2 Fase B

B. Jawablah pertanyaan berikut ini!

1. Melempar dengan tangan ke atas disebut dengan _____
2. Saat melempar dengan tangan ke bawah, posisi tangan diayunkan ke _____
3. Agar bola tidak mudah jatuh saat ditangkap, kita harus segera tangan setelah menangkapnya _____
4. Jika bola datang dari atas, kita menangkapnya dengan posisi tangan di _____
5. Alat yang digunakan untuk memukul bola dalam permainan kasti adalah _____
6. Memukul dengan kepalan tangan, sering digunakan dalam tinju dan seni bela diri disebut dengan _____
7. Selain dengan tongkat, bola juga bisa dipukul menggunakan _____ dalam permainan tenis meja.
8. Menendang bola dilakukan menggunakan bagian tubuh yaitu _____

9. Gerak menendang bola sering digunakan dalam permainan _____

10. Menghentikan bola dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan _____

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.