

## RENCANA PEMBELAJARAN MENDALAM KURIKULUM MERDEKA

**Nama Penyusun** : \_\_\_\_\_  
**NIP** : \_\_\_\_\_  
**Nama Sekolah** : \_\_\_\_\_  
**Mata pelajaran** : \_\_\_\_\_  
**Fase, Kelas / Semester** : \_\_\_\_\_  
**Tahun Ajaran** : \_\_\_\_\_

---

| A. IDENTITAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Nama Penyusun</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | : .....                                      |
| <b>Sekolah / Madrasah</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | : .....                                      |
| <b>Mata Pelajaran</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan |
| <b>Kelas/Semester</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | : IV (Empat) / II (Genap)                    |
| <b>Alokasi Waktu</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | : 8 JP (@ 35 Menit)                          |
| <b>Bab /Tema</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | : 5 / Gerak Berirama                         |
| B. IDENTIFIKASI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                              |
| 1. IDENTIFIKASI SISWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa mamapu melakukan gerakan berirama mengikuti ketukan musik dengan koordinasi tubuh yang baik.</li> <li>▪ Siswa mampu menampilkan gerakan sederhana secara berkelompok dengan kompak dan penuh semangat.</li> <li>▪ Siswa mampu mengekspresikan diri melalui gerakan bebas yang sesuai dengan irama musik.</li> </ul>                                                                                                                                                                                              |                                              |
| 2. DIMENSI PROFIL LULUSAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                              |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <input type="checkbox"/> Keimanan dan Ketakwaan terhadap tuhan YME</li> <li>2. <input type="checkbox"/> Kewargaan</li> <li>3. <input type="checkbox"/> Penalaran Kritis</li> <li>4. <input type="checkbox"/> Kreativitas</li> <li>5. <input type="checkbox"/> Kolaborasi</li> <li>6. <input type="checkbox"/> Kemandirian</li> <li>7. <input type="checkbox"/> Kesehatan</li> <li>8. <input type="checkbox"/> Komunikasi</li> </ol>                                                                                   |                                              |
| C. DESAIN PEMBELAJARAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                              |
| 1. TUJUAN PEMBELAJARAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa dapat mengembangkan koordinasi gerak dengan mengikuti irama musik atau ketukan (<i>beat</i>) secara tepat dan selaras.</li> <li>▪ Siswa dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui berbagai gerakan berirama yang melibatkan seluruh bagian tubuh.</li> <li>▪ Siswa dapat bekerja sama dalam kelompok dengan melakukan gerakan berirama secara terkoordinasi dan kompak.</li> <li>▪ Siswa dapat mengekspresikan kreativitas dan imajinasi melalui variasi gerakan berirama yang menyenangkan.</li> </ul> |                                              |
| 2. PRAKTIK PEDAGOGIK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pendekatan Pembelajaran Mendalam (sadar, bermakna, penuh kebahagiaan)</li> <li>▪ Ceramah, tanya jawab, diskusi, dan berkelompok.</li> <li>▪ Metode Pjbl</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                              |
| 3. MITRA PEMBELAJARAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Warga lingkungan sekolah/madrasah</li> <li>▪ Komunitas Bahasa Indonesia</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                              |
| 4. LINGKUNGAN PEMBELAJARAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pembelajaran dapat memanfaatkan lingkungan sekolah/madrasah sebagai ruang fisik.</li> <li>▪ Penggunaan platform online / digital untuk menambah wawasan siswa dan melatih literasi digital.</li> <li>▪ Budaya belajar yang mendorong partisipasi aktif siswa, serta menumbuhkan rasa ingin tahu melalui diskusi, kerja tim, maupun kolaborasi.</li> </ul>                                                                                                                                                              |                                              |

## D. PENGALAMAN BELAJAR

### 1. PEMAHAMAN BERMAKNA

- Gerak Langkah Kaki.
- Gerak Ayunan Lengan.
- Variasi dan Kombinasi Gerak Langkah Kaki dan Ayunan Lengan.

### 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, “Bagaimana rasanya ketika tubuh kita bergerak mengikuti musik?” dan guru memperkenalkan gerak berirama
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar tentang gerak berirama.

#### Kegiatan Inti

1. **Ayo Telaah Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
  - Mengamati (halaman 66)
    - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
2. **Ayo Eksplorasi Pembelajaran Bermakna**
  - A. **Gerak Langkah Kaki (halaman 67)**
    - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi gerak langkah kaki.
    - Guru menjelaskan dan mencontohkan materi gerak langkah kaki.
    - Siswa diminta untuk mempraktikkan contoh gerak langkah kaki.
  - B. **Gerak Ayunan Lengan (halaman 68)**
    - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi gerak ayunan tangan.
    - Guru menjelaskan dan mencontohkan gerak ayunan tangan.
    - Siswa diminta untuk mempraktikkan contoh gerak ayunan tangan.
  - C. **Variasi dan Kombinasi Gerak Langkah Kaki dan Ayunan Lengan (halaman 70)**
    - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi variasi dan kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
    - Guru menjelaskan dan mencontohkan variasi dan kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
    - Siswa diminta untuk mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
- Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan.
3. **Ayo Rumuskan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
  - Mencoba (halaman 71)
    - Siswa diminta untuk melengkapi peta konsep yang ada.
4. **Ayo Presentasikan Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
  - Mencoba (halaman 71)
    - Siswa diminta untuk mempresentasikan hasil rumusan yang sudah kalian buat, berilah tanggapan terhadap presentasi teman.
5. **Ayo Aplikasikan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
  - Mencoba (halaman 72)
    - Siswa diminta untuk mengikuti intruksi yang ada pada lembar kerja.

6. Duniawiyah (halaman 73) **Mindfull Learning**
  - Guru menanya siswa apa kegiatan positifmu setelah memahami aktivitas senam.
  - Siswa diminta untuk menuliskan pada kolom kegiatan.
7. Ukhrawiyah (halaman 73) **Mindfull & Meaningful Learning**
  - Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

## E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
  - Apa yang kamu ketahui tentang gerak berirama?
  - Apakah kamu pernah melakukan gerakan mengikuti musik di sekolah atau di rumah?
  - Mengapa kita perlu menyesuaikan gerakan dengan irama musik?
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
- Indikator: Melakukan gerakan berirama dengan menyesuaikan tempo dan ketukan musik secara tepat serta menunjukkan koordinasi tubuh yang baik.

| 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

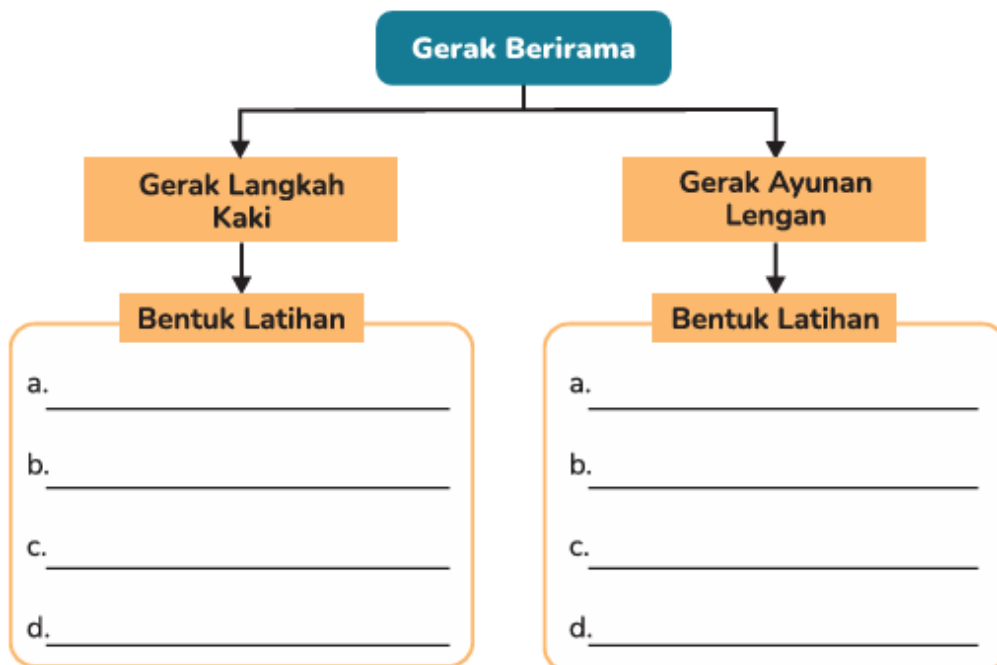
#### LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-1

Nama :

Kelas :

### Ayo Rumuskan

Lengkapilah peta konsep di bawah ini!



## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

### Ayo Presentasikan

Presentasikan di depan kelas hasil dari rumusan yang sudah kalian buat, berilah tanggapan terhadap presentasi temanmu yang lain!

PJOK Untuk SD/MI

71

Kelas 4 Fase B

### LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-3

**Nama :**

**Kelas :**

**Ayo Aplikasikan**

Kerjakan soal di bawah ini!

1. Buatlah kelompok yang terdiri dari 3-4 anak!
2. Buatlah sebuah kreasi sederhana gerak berirama!
3. Catatlah langkah-langkahnya pada kolom di bawah ini, kemudian praktikkan di depan kelas!

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The paper has rounded corners and a thin green border around the edges. There are approximately 20 lines spaced evenly down the page.

## Penilaian Formatif

Nama :

Kelas :

### Latihan Soal

#### A. Pilihlah jawaban yang paling benar!

- Gerak berirama dilakukan mengikuti...
  - Irama musik
  - Irama langkah kaki
  - Suara alam
  - Gerakan bebas
- Gerak berirama bisa menggunakan...
  - Bola
  - Tali
  - Simpai
  - Semua jawaban benar
- Senam berirama bertujuan melatih...
  - Kelincihan dan keseimbangan
  - Kekakuan tubuh
  - Kecepatan berlari
  - Daya tahan
- Dalam gerak berirama, langkah kaki harus dilakukan dengan...
  - Pelan-pelan
  - Sesuai irama
  - Acak-acak
  - Diam saja
- Contoh alat bantu dalam senam irama adalah...
  - Bola
  - Simpai
  - Tali
  - Semua jawaban benar
- Gerakan tangan dalam senam irama harus...
  - Kaku
  - Luwes mengikuti irama
  - Lurus ke atas
  - Diam saja
- Tujuan utama senam irama adalah untuk...
  - Melatih kekuatan otot
  - Mengembangkan koordinasi gerak tubuh
  - Menambah berat badan
  - Melatih kecepatan lari

- Musik dalam senam irama berfungsi untuk...
  - Memberikan semangat
  - Mengganggu konsentrasi
  - Membuat bingung
  - Menambah beban
- Gerakan kombinasi tangan dan kaki dalam senam irama disebut...
  - Kombinasi gerak dasar
  - Variasi langkah
  - Langkah tegap
  - Gerak bebas
- Gerak berirama harus dilakukan dengan...
  - Semangat, kaku, dan cepat
  - Luwes, irama, dan semangat
  - Diam dan pelan
  - Cepat dan keras

#### B. Jawablah soal-soal berikut ini!

- Apa yang dimaksud gerak berirama?  
\_\_\_\_\_
- Sebutkan 3 manfaat dari gerak berirama!  
\_\_\_\_\_
- Apa saja yang harus diperhatikan saat melakukan gerak berirama?  
\_\_\_\_\_
- Mengapa gerakan dalam gerak berirama perlu dilakukan secara teratur?  
\_\_\_\_\_
- Berikan 2 contoh aktivitas gerak berirama yang kamu ketahui!  
\_\_\_\_\_

## B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

### 1. Refleksi untuk Guru

- Apakah siswa sudah mampu mengikuti irama musik dengan gerakan yang tepat, kompak, dan penuh percaya diri?
- 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 menyesuaikan gerakan dengan tempo musik atau bekerja sama dalam kelompok?

### 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.

## C. DAFTAR PUSTAKA

Afandi, Taufik. 2025. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk SDIT/MI Kelas 4*. Temanggung: Griya Matahari Publishing.  
Sumber lainnya yang Relevan

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

(.....)  
NIP. ....

..... 20 .....  
Guru Mata Pelajaran

(.....)  
NIP. ....