

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	: V (Lima) / I (Ganjil)
Alokasi Waktu	: 8 JP (@ 35 Menit)
Bab /Tema	: 10 / Aktivitas Gerak Berirama
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu melakukan berbagai pola gerak dasar berirama seperti langkah kecil, langkah besar, dan gerakan tubuh dengan koordinasi yang baik. ▪ Siswa mampu menampilkan kreativitas dalam menyusun dan menampilkan gerakan berirama secara menarik dan dinamis. ▪ Siswa mampu bekerja sama, menjaga kekompakan, serta menunjukkan disiplin dalam mengikuti pola dan irama saat tampil berkelompok.	
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 dapat mempraktikkan pola gerakan dasar, seperti langkah kecil, langkah besar, dan berbagai gerakan tubuh dengan benar dan seimbang. ▪ Siswa dapat mengeksplorasi kreativitas dalam gerakan berirama, mengekspresikan diri melalui gerakan tubuh yang kreatif, dinamis, dan sesuai dengan irama musik. ▪ Siswa dapat bekerja sama dalam kelompok saat melakukan gerakan berirama, serta memahami pentingnya kedisiplinan dalam mengikuti pola, tempo, dan irama yang telah ditetapkan.	
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

- Pengertian Gerak Berirama.
- Langkah Kecil.
- Langkah Besar.
- Gerakan Tubuh.

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, “Anak-anak, siapa yang suka menari atau bergerak mengikuti irama musik?” dan guru memperkenalkan gerak berirama.
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar pola gerak dasar seperti langkah kecil, langkah besar, dan gerakan tubuh, lalu menggabungkannya menjadi gerakan berirama yang kreatif. Kita juga akan bekerja sama dalam kelompok supaya gerakan kita kompak dan sesuai irama.

Kegiatan Inti

1. **Ayo Telaah Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mengamati (halaman 83)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.
2. **Ayo Eksplorasi Pembelajaran Bermakna**
 - Guru menjelaskan pengertian gerak berirama.
 - Siswa diminta untuk mengamati dan memperhatikan penjelasan guru.
 - A. Langkah Kecil (halaman 84)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara Langkah kecil.
 - Guru menjelaskan dan memberi contoh cara Langkah kecil.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan cara Langkah kecil.
 - B. Langkah Besar (halaman 85)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara Langkah besar.
 - Guru menjelaskan dan memberi contoh cara Langkah besar.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan cara Langkah besar.
 - C. Gerakan Tubuh (halaman 85)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara Gerakan tubuh.
 - Guru diminta untuk menjelaskan dan memberi contoh cara Gerakan tubuh.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan cara Gerakan tubuh.
 - Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan.
3. **Ayo Rumuskan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 86)
 - Siswa diminta untuk melengkapi peta konsep tentang gerak berirama.
 - Siswa diminta untuk menulis pada kolom yang ada.
4. **Ayo Presentasikan Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 86)
 - Siswa diminta untuk mempresentasikan di depan kelas hasil dari peta konsep yang sudah dikerjakan. berikan tanggapan terhadap presentasi teman.

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

- Mencoba (halaman 86)
 - Siswa diminta untuk membentuk 3 kelompok.
 - Siswa diminta untuk memilih salah satu Teknik dari 3 langkah yang disukai.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan gerak berirama yang sudah dipilih bersama teman.

6. **Dunyawiyah (halaman 87) Mindfull Learning**

- Siswa diminta untuk mengisi tabel yang ada dengan kegiatan yang bisa dilakukan untuk menunjukkan rasa syukur.

7. **Ukhrawiyah (halaman 87) Mindfull & Meaningful Learning**

- Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
 - Apa yang kamu ketahui tentang gerakan berirama?
 - Apakah kamu pernah mencoba membuat gerakan tubuh mengikuti musik atau irama tertentu?
 - Mengapa penting bagi kita untuk bekerja sama dan disiplin dalam mengikuti irama saat bergerak bersama?
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
- Indikator: Mempraktikkan pola gerak dasar (langkah kecil, langkah besar, dan gerakan tubuh) dengan benar, menunjukkan kreativitas dalam gerakan berirama, serta bekerja sama secara disiplin dalam kelompok untuk mengikuti irama dan pola gerakan yang telah ditentukan.

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

Lengkapi peta konsep di bawah ini tentang gerak berirama. Tuliskan kata atau kalimat yang tepat pada bagian yang kosong.



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikan di depan kelas hasil dari peta konsep di atas yang sudah kalian isi. Berikan tanggapan terhadap presentasi temanmu!

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-3

Nama :

Kelas :

Ayo Aplikasikan

1. Buat siswa menjadi 3 kelompok!
2. Masing-masing kelompok memilih salah satu teknik dari 3 latihan langkah besar yang kalian suka! Langkah loncat, side-to-side, atau bersilang.
3. Praktikkan gerak berirama yang kalian pilih bersama teman-temanmu untuk dinilai oleh gurumu!

Penilaian Formatif

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

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

- Aktivitas gerak berirama adalah gerakan yang dilakukan dengan
 - Asal-asalan
 - Mengikuti irama musik
 - Tanpa irama
 - Cepat saja
- Langkah kecil dalam gerak berirama disebut juga dengan
 - Langkah rapat
 - Langkah biasa
 - Langkah ke samping
 - Langkah maju mundur
- Langkah besar dalam gerak berirama bertujuan untuk
 - Memperkecil gerakan
 - Memperindah gerakan
 - Mempercepat gerakan
 - Memperlambat gerakan
- Kombinasi gerakan tangan dan kaki disebut
 - Gerak terpadu
 - Gerak acak
 - Gerak lambat
 - Gerak cepat
- Sikap tubuh saat melakukan gerak berirama adalah
 - Tegang
 - Kaku
 - Rileks dan seimbang
 - Membungkuk
- Dalam aktivitas gerak berirama irama musik berfungsi untuk
 - Mempercepat gerakan
 - Memperindah dan mengatur gerakan
 - Memperlambat gerakan
 - Menghentikan gerakan
- Gerak dasar dalam aktivitas gerak berirama terdiri dari
 - Langkah dan ayunan tangan
 - Tendangan dan pukulan
 - Lari cepat dan lompat
 - Jalan dan melompat
- Gerakan ayunan tangan dilakukan dengan posisi tangan
 - Mengepal
 - Rileks dan terbuka
 - Ditekuk
 - Kaku

PJOK Untuk SD/MI

88

Kelas 5 Fase c

- Aktivitas gerak berirama harus dilakukan dengan
 - Kekuatan penuh
 - Ketukan dan tempo yang sesuai
 - Gerakan yang asal
 - Hentakan keras
- Tujuan dari aktivitas gerak berirama adalah
 - Mempercepat gerakan
 - Memperindah dan melatih kelincihan
 - Memperkecil langkah
 - Memperkuat tendangan

B. Jawablah soal-soal ini dengan benar!

- Sebutkan dua gerakan dasar dalam aktivitas gerak berirama!

- Apa yang dimaksud dengan gerak berirama?

- Apa tujuan melakukan aktivitas gerak berirama?

- Bagaimana sikap tubuh yang benar saat melakukan gerak berirama?

- Sebutkan manfaat aktivitas gerak berirama!

PJOK Untuk SD/MI

89

Kelas 5 Fase c

B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

1. Refleksi untuk Guru

- apakah siswa sudah mampu mempraktikkan pola gerakan dasar dan menampilkan kreativitas dalam gerakan berirama dengan benar dan percaya diri?
- Apakah metode pembelajaran yang digunakan (penuh kesadaran, penuh kegembiraan, penuh makna) sudah efektif dalam bekerja sama, menjaga kekompakan, atau mengikuti irama dan pola gerakan dengan disiplin saat berkelompok?

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 5*. Temanggung: Griya Matahari Publishing.
Sumber lainnya yang Relevan

Mengetahui,
Kepala Sekolah

(.....)
NIP.

..... 20
Guru Mata Pelajaran

(.....)
NIP.