

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	: VI (Enam) / II (Genap)
Alokasi Waktu	: 8 JP (@ 35 Menit)
Bab /Tema	: 6 / Gerak Berirama
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu menjelaskan dan mempraktikkan variasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan secara berirama dengan koordinasi yang baik. ▪ Siswa mampu menunjukkan sikap mandiri dan gotong royong dalam berlatih serta menghargai kerja sama tim saat melakukan aktivitas berirama. ▪ Siswa mampu menerapkan kebiasaan hidup sehat seperti melakukan pemanasan sebelum berolahraga, menjaga kebersihan diri, dan mengatur waktu istirahat.	
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 menjelaskan dan mempraktikkan variasi serta kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama dengan benar sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki. ▪ Siswa dapat mengembangkan dan menanamkan sikap mandiri serta gotong royong selama mengikuti kegiatan aktivitas gerak berirama. ▪ Siswa dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kebugaran jasmani dan keseimbangan tubuh.	
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 Langkah Kaki dan Ayunan Lengan.
- Variasi dan Kombinasi Model Kedua 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, “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 mengombinasikan gerakan langkah kaki dan ayunan lengan dengan irama yang menyenangkan.

Kegiatan Inti

1. **Ayo Telaah Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mengamati (halaman 62)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.
2. **Ayo Eksplorasi Pembelajaran Bermakna**
 - A. **. Gerak Langkah Kaki dan Ayunan Lengan (halaman 63)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
 - Guru menjelaskan dan memberi contoh gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
 - B. **Variasi dan Kombinasi Model Kedua Gerak Langkah Kaki dan Ayunan Lengan (halaman 66)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi variasi dan kombinasi model kedua gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
 - Guru menjelaskan dan mencontohkan variasi dan kombinasi model kedua gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan variasi dan kombinasi model kedua gerak langkah kaki dan ayunan lengan.
3. **Ayo Rumuskan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 67)
 - Siswa diminta untuk melengkapi peta konsep yang ada berdasarkan pemahaman kalian tentang gerak berirama. gunakan kata-kata yang singkat dan jelas.
4. **Ayo Presentasikan Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 68)
 - Siswa diminta untuk mempresentasikan hasil peta konsep yang sudah di kerjakan di depan kelas, perhatikan dan berilah tanggapan terhadap presentasi teman.

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

- Mencoba (halaman 68)
 - Siswa diminta untuk membaca intruksi yang ada, kemudian patikanlah.

6. Duniyawiyah (halaman 69) **Mindfull Learning**

- Siswa diminta untuk mengisi pada kolom kegiatan apa rencana kegiatan positif setelah mempelajari materi yang ada.

7. Ukhrawiyah (halaman 69) **Mindfull & Meaningful Learning**

- Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
 - Apa yang kamu ketahui tentang aktivitas gerak berirama?
 - Apakah kamu pernah mencoba mengikuti gerakan berirama, seperti senam atau menari?
 - Mengapa penting bagi kita untuk bekerja sama, mandiri, dan menjaga kesehatan tubuh dalam kegiatan gerak berirama?
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
- Indikator: Menjelaskan dan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama dengan benar sesuai potensi dan kreativitas masing-masing.

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 berdasarkan pemahamanmu tentang gerak berirama. Gunakan kata-kata yang singkat dan jelas.



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikan di depan kelasmu hasil dari peta yang telah kalian isi!
Perhatikan dan berilah tanggapan terhadap presentasi temanmu!

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-3

Nama :

Kelas :

Ayo Aplikasikan

Bacalah intruksi di bawah ini, kemudian praktikkanlah!

1. Buat kelompok berisi 4–5 orang.
2. Bersama kelompokmu, buat rangkaian gerak berirama sederhana menggunakan musik tradisional Indonesia.
3. Latih dan tampilkan gerakan tersebut secara kompak.
4. Minta orang dewasa (guru, orang tua, atau kakak) untuk merekam video kalian saat tampil.
5. Kumpulkan video rekaman kepada gurumu sesuai waktu yang ditentukan.
6. Setelah kegiatan selesai, tuliskan pada kolom di bawah ini manfaat yang kamu rasakan setelah melakukan gerak berirama.

Penilaian Formatif

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

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

- Gerak berirama adalah aktivitas gerak yang mengikuti ...
a. bunyi drum
b. musik atau ketukan irama
c. aba-aba guru
d. gaya bebas
- Contoh gerak langkah kaki dalam gerak berirama adalah ...
a. roll depan
b. langkah biasa
c. lempar bola
d. menggiring bola
- Fungsi ayunan lengan dalam gerak berirama adalah untuk ...
a. menambah berat badan
b. menambah keseimbangan dan irama
c. membuat gerak lebih lambat
d. mengurangi tenaga
- Variasi langkah kaki biasanya dipadukan dengan ...
a. tendangan
b. ayunan lengan
c. lompat jauh
d. push up
- Gerakan ayunan lengan ke depan biasanya dilakukan secara ...
a. sendiri-sendiri
b. ritmis dan sinkron
c. dengan kekuatan penuh
d. sambil meloncat tinggi
- Dalam gerak berirama, tubuh harus tetap ...
a. tegak dan seimbang
b. tegang
c. kaku
d. diam saja
- Contoh kombinasi gerakan kaki dan lengan adalah ...
a. langkah biasa + ayunan lengan ke depan
b. menendang bola
c. melompat sambil duduk
d. menahan napas

8. Manfaat gerak berirama adalah untuk melatih

- ketegangan otot
- keseimbangan dan koordinasi tubuh
- kekakuan tubuh
- kekuatan saja

9. Irama dalam gerak berirama dapat berupa

- hitungan atau musik
- senyuman
- gerakan tangan
- lari cepat

10. Sikap awal dalam gerak langkah biasa adalah

- jongkok
- gerdiri tegak
- tidur
- duduk

B. Jawablah pertanyaan berikut dengan benar!

1. Apa yang dimaksud dengan gerak berirama?

2. Sebutkan 2 contoh langkah dalam gerak berirama!

3. Mengapa ayunan lengan penting dalam gerak berirama?

4. Mengapa ayunan lengan penting dalam gerak berirama?

5. Bagaimana cara melakukan kombinasi langkah kaki dan ayunan lengan?

B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

1. Refleksi untuk Guru

- Apakah siswa sudah mampu menjelaskan dan mempraktikkan variasi serta kombinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama dengan benar?
- 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 bekerja sama, bersikap mandiri, atau menjaga kebiasaan hidup sehat selama kegiatan pembelajaran gerak berirama?

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

Mengetahui,
Kepala Sekolah

(.....)
NIP.

..... 20
Guru Mata Pelajaran

(.....)
NIP.