Tema : **Aplikasi Tema Keterampilan**

Kelas : **5**

Mata Pelajaran : **Olahraga**

TUJUAN	**MEDIA SUMBER BELAJAR**
1. Mengidentifikasi bidang guna memerhatikan dan membantu siswa menetapkan tujuan kebugaran pribadi 2. Siswa mampu mengembangkan kebiasaan kesehatan dan aktivitas jasmani yang akan menjadi gaya hidup sehat	1. Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas V SD 2. Benda-benda di sekitar peserta didik 3. Gambar di buku Guru/siswa
CAPAIAN PEMBELAJARAN Siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan berbagai aktivitas untuk pengembangan kebugaran jasmani, serta pola perilaku hidup sehat, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial dalam jangka waktu yang lebih lama secara konsisten, serta meyakini nilai-nilai aktivitas jasmani	**KEGIATAN PEMBELAJARAN** **Kegiatan Pendahuluan** 1. Guru mengucapkan salam, menyapa, dan mendata kehadiran siswa 2. Guru mempersiapkan materi 3. Guru mempersiapkan media atau alat bantu yang diperlukan 4. Guru mengkondisikan siswa secara individual maupun kelompok 5. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran 6. Guru memberikan motivasi kepada siswa terhadap pembelajaran pada tema ini 7. Guru menyampaikan pertanyaan pemantik **Kegiatan Inti** 1. Siswa mengamati gambar aktivitas lari cepat. Siswa menceritakan pengalamannya dalam berlatih lari atau joging.

qelas.id

	2. Guru menyampaikan jika berlari santai atau joging dapat meningkatkan daya tahan kebugaran jasmani 3. Siswa diajak menonton video yang diunduh oleh guru dari internet tentang gerak berirama 4. Selanjutnya, Guru mengajak siswa untuk olahraga senam di lapangan sekolah 5. Kemudian, Guru membagi siswa ke dalam beberapa kelompok guna mempraktikan pembelajaran dengan permainan seperti lompat tali 6. Mengeksplorasi pengetahuan terkait lompat tali. Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai lompa tali 7. Siswa mempraktikkan lompat tali secara kelompok yang telah dikelompokkan oleh guru **Kegiatan Penutup** 1. Peserta didik bersama guru menyimpulkan materi yang terkait pembelajaran. 2. Peserta didik bersama guru merefleksi kegiatan dan target yang dicapai. (*Critical Thinking and Communication*) Bagaimana perasaan kalian setelah mengikuti pembelajaran hari ini Apakah ada yang belum kalian pahami? 3. Guru memberikan evaluasi. 4. Guru memberikan motivasi kepada peserta didik.

qelas.id

	5. Guru menyampaikan rencana pembelajaran selanjutnya dan memberikan tugas kepada peserta didik untuk mempelajari materi pembelajaran hari ini di rumah. 6. Peserta didik dan guru berdoa untuk mengakhiri pelajaran. (PPK: Religius).

qelas.id