RANCANGAN PELAJARAN HARIAN PJ

|  |  |
| --- | --- |
| **TARIKH** | **16 Februari 2017 (Khamis)** |
| **MASA** | **9.00 pg – 9.30 pg (30 Minit)** |
| **KELAS** | **Tahun 3** |
| **BILANGAN MURID** | **8 Orang** |
| **TAJUK** | **Gimnastik Asas (Guling Belakang)** |
| **STANDARD KANDUNGAN** | **1.4, 2.4, & 5.2** |
| **STANDARD PEMBELAJARAN** | 1.4.1 Melakukan guling belakang.  2.4.1 Mengenal pasti kedudukan badan semasa melakukan guling belakang.  5.2.3 Menerima cabaran dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti. |
| **OBJEKTIF PEMBELAJARAN** | **Pada akhir pembelajaran, murid-murid akan dapat:**   1. **Melakukan guling belakang sekurang-kurangnya 3 kali dengan lakuan yang betul.** 2. **Mengenal pasti sekurang-kurangnya 3 kedudukan badan semasa melakukan guling belakang.** 3. **Menerima cabaran dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti.** |
| **AKTIVITI PEMBELAJARAN DAN PENGAJARAN** | 1. **Permainan kecil (Guling Hadapan)** 2. **Aktiviti regangan (Warm up).** 3. **Aktiviti 1: Buai Daku** 4. **Aktiviti 2: Guling belakang dari Aras Tinggi** 5. **Permainan kecil; Guling Tenggiling** 6. **Cooling down.** 7. **Penutup (rumusan aktiviti)** |
| **EMK** | 1. **Kreativiti dan inovasi** |
| **BAHAN BANTU BELAJAR** | **Tilam (1), pundi kacang (20)** |
| **PENILAIAN P&P** | 1. **Pemerhatian** |
| **REFLEKSI** |  |

RANCANGAN PELAJARAN HARIAN PJ

|  |  |
| --- | --- |
| **TARIKH** | **16 Februari 2017 (Khamis)** |
| **MASA** | **9.30 pg – 10.00 pg (30 Minit)** |
| **KELAS** | **Tahun 3** |
| **BILANGAN MURID** | **8 Orang** |
| **TAJUK** | **Gimnastik Asas (Guling Belakang II)** |
| **STANDARD KANDUNGAN** | **1.4, 2.4, & 5.2** |
| **STANDARD PEMBELAJARAN** | 1.4.1 Melakukan guling belakang.  2.4.1 Mengenal pasti kedudukan badan semasa melakukan guling belakang.  5.2.3 Menerima cabaran dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti. |
| **OBJEKTIF PEMBELAJARAN** | **Pada akhir pembelajaran, murid-murid akan dapat:**   1. **Melakukan guling belakang sekurang-kurangnya 3 kali dengan lakuan yang betul.** 2. **Mengenal pasti sekurang-kurangnya 3 kedudukan badan semasa melakukan guling belakang.** 3. **Menerima cabaran dan berasa seronok semasa melakukan aktiviti.** |
| **AKTIVITI PEMBELAJARAN DAN PENGAJARAN** | 1. **Permainan kecil (Guling Hadapan)** 2. **Aktiviti regangan (Warm up).** 3. **Aktiviti 1: Buai Daku** 4. **Aktiviti 2: Guling belakang dari Aras Tinggi** 5. **Aktiviti 3: Guling Belakang Atas Tilam** 6. **Permainan kecil; Guling Tenggiling** 7. **Cooling down.** 8. **Penutup (rumusan aktiviti)** |
| **EMK** | 1. **Kreativiti dan inovasi** |
| **BAHAN BANTU BELAJAR** | **Tilam (1), bola getah (20)** |
| **PENILAIAN P&P** | 1. **Pemerhatian** |
| **REFLEKSI** |  |