RANCANGAN PELAJARAN HARIAN PJPK (PJ)

|  |  |
| --- | --- |
| **TARIKH** | **20 Februari 2017 (Isnin)** |
| **MASA** | **9.00 pg – 9.30 pg (30 Minit)** |
| **KELAS** | **Tahun 1** |
| **BILANGAN MURID** | **13 Orang** |
| **BIDANG/ TAJUK** | **Pergerakan Asas Kemahiran Lokomotor (Gerak Cabaran)** |
| **STANDARD KANDUNGAN** | **1.2, 2.2 & 5.2** |
| **STANDARD PEMBELAJARAN** | 1.2.1 Melakukan pergerakan berjalan, berlari, melompat, melompat sebelah kaki (hopping), mencongklang (galloping), menggelongsor, melonjak (leaping), dan berskip.  **2.2.1 Menyatakan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.**  **5.2.1 Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.** |
| **OBJEKTIF PEMBELAJARAN** | **Pada akhir pengajaran dan pembelajaran, murid-murid akan dapat:**   1. **Melakukan sekurang-kurangnya 5 daripada 8 pergerakan lokomotor dengan betul.** 2. **Menyatakan 3 pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.** 3. **Mempamerkan rasa seronok melakukan aktiviti baharu dalam Pendidikan Jasmani.** |
| **AKTIVITI PEMBELAJARAN DAN PENGAJARAN** | 1. **Aktiviti regangan (Warm up).** 2. **Aktiviti 1: Murid melakukan pelbagai jenis pergerakan mengikut yang dinyatakan oleh guru.** 3. **Permainan kecil; Pelbagai halangan** 4. **Cooling down.** 5. **Penutup (rumusan aktiviti)** |
| **EMK** | 1. **Kreatif dan inovatif** |
| **BAHAN BANTU BELAJAR** | **Kon (10), tali skipping (10), skital (5)** |
| **PENILAIAN P&P** | 1. **Pemerhatian** |
| **REFLEKSI** |  |

RANCANGAN PELAJARAN HARIAN PJPK (PJ)

|  |  |
| --- | --- |
| **TARIKH** | **20 Februari 2017 (Isnin)** |
| **MASA** | **9.30 pg – 10.00 pg (30 Minit)** |
| **KELAS** | **Tahun 1** |
| **BILANGAN MURID** | **13 Orang** |
| **BIDANG/ TAJUK** | **Pergerakan Asas Kemahiran Lokomotor (Gerak Ruang)** |
| **STANDARD KANDUNGAN** | **1.2, 2.2 & 5.2** |
| **STANDARD PEMBELAJARAN** | 1.2.2 Melakukan pergerakan melompat dengan menggunakan kedua-dua belah kaki atau sebelah kaki dan mendarat menggunakan kedua-dua belah kaki dengan lutut difleksi.  **1.2.3 Melakukan pergerakan lokomotor dalam pelbagai arah, aras, laluan, dan kelajuan dengan rakan dan alatan.**  **2.2.2 Mengenal pasti kedudukan anggota badan semasa melakukan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.**  **5.2.2 Menerima cabaran, kemenangan, dan kekalahan dalam permainan.** |
| **OBJEKTIF PEMBELAJARAN** | **Pada akhir pengajaran dan pembelajaran, murid-murid akan dapat:**   1. **Melakukan pergerakan melompat dengan menggunakan kedua-dua belah kaki atau sebelah kaki dan mendarat menggunakan kedua-dua belah kaki dengan lutut difleksi.** 2. **Melakukan pergerakan lokomotor dalam pelbagai arah, aras, laluan, dan kelajuan dengan rakan dan alatan.** 3. **Mengenal pasti 3 kedudukan anggota badan semasa melakukan pergerakan lokomotor dan bukan lokomotor.** 4. **Menerima cabaran, kemenangan, dan kekalahan dalam permainan.** |
| **AKTIVITI PEMBELAJARAN DAN PENGAJARAN** | 1. **Aktiviti regangan (Warm up).** 2. **Aktiviti 1: Lompat sebelah kaki dan du belah kaki** 3. **Aktiviti 2: Laluan berlengkok** 4. **Permainan kecil; Juara Gerak Ruang** 5. **Cooling down.** 6. **Penutup (rumusan aktiviti)** |
| **EMK** | 1. **Kreatif dan inovatif** |
| **BAHAN BANTU BELAJAR** | **Kon (10), tali skipping (10), skital (5), gelung (4), bola (4)** |
| **PENILAIAN P&P** | 1. **Pemerhatian** |
| **REFLEKSI** |  |