

AMIRUDDIN, S. Pd



RPP PJOK SD

UNTUK KELAS LIMA

**SEMESTER GANJIL
LURING**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SD Islam Darul Hikmah
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : 5/1 (Ganjil)
Materi : Menendang Bola
Alokasi Waktu : 10 menit

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	<ul style="list-style-type: none">• Murid mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.• Murid bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola (menendang, menghentikan, dan menggiring bola).
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	<ul style="list-style-type: none">• Murid berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).• Murid berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.• Murid mencoba tugas gerak permainan sepakbola ke dalam

	permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.
--	---

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran diharapkan murid mampu:

1. Murid mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.
2. Murid bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola (menendang, menghentikan, dan menggiring bola).
3. Murid berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).
4. Murid berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.
5. Murid mencoba tugas gerak permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.

D. Materi Pembelajaran.

Sepakbola:

- Menendang bola

B. Permainan Bola Besar

Permainan dengan bola besar banyak jumlahnya. Contoh-contoh permainan dengan bola, antara lain, sepak bola, bola voli, dan bola basket.

1. Sepak bola

Siapa yang pernah bermain sepak bola? Tentu semua sudah pernah bermain sepak bola. Sebelum mempelajari permainan sepak bola, sebaiknya kalian mengetahui terlebih dahulu lapangan sepak bola. Permainan sepak bola dilakukan pada sebuah lapangan dengan ukuran sebagai berikut.



Gambar 1.14 Lapangan sepak bola

Keterangan gambar:

- a. Panjang lapangan : 100 – 110 m
- b. Lebar lapangan : 64 – 75 m
- c. Daerah gawang : 18,32 × 13,5m
- d. Jari-jari tengah : 9,15 m
- e. Ukuran gawang :
 - 1) Tinggi : 2,44 m
 - 2) Lebar : 7,32 m

a. Menendang atau menyepak bola

Menendang bola adalah mendorong bola dengan salah satu kaki baik kaki kiri maupun kaki kanan. Menendang bola dapat dilakukan dengan bagian dalam kaki, bagian luar kaki, dan punggung kaki.

1) Menggunakan bagian dalam kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian dalam kaki adalah sebagai berikut.

- a) Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- b) Kaki menumpu di belakang bola.
- c) Sikap badan tegak atau agak condong sedikit.
- d) Pandangan ke arah bola.
- e) Kaki untuk menendang diayunkan.
- f) Bola ditendang dengan kaki bagian dalam.



Gambar 1.15 Cara menendang dengan bagian dalam kaki

2) Menggunakan bagian luar kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian luar kaki adalah sebagai berikut.

- a) Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- b) Persentuhan kaki dengan bola harus tepat.
- c) Pandangan ke arah bola.
- d) Badan agak condong sedikit ke depan.
- e) Kaki untuk menendang diayunkan.
- f) Bola ditendang dengan bagian dalam kaki.



Gambar 1.16 Cara menendang dengan bagian luar kaki

3) Menggunakan punggung kaki

Cara-cara melakukan tendangan dengan bagian luar kaki adalah sebagai berikut.

- Sikap permulaan berdiri di belakang bola.
- Kaki tumpu di sebelah bola.
- Pandangan ke arah bola.
- Sikap badan agak condong ke depan.
- Kaki untuk menendang diayunkan.
- Tendang bola dengan punggung kaki.



Gambar 1.17 Cara menendang dengan menggunakan punggung kaki

E. Metode Pembelajaran

Metode Pembelajaran : Tanya jawab, diskusi, Cooperative Learning, demonstrasi.
Pendekatan Pembelajaran : Saintifik

F. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan		
	<p>Guru</p> <p>Orientasi</p> <ul style="list-style-type: none">Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran Murid.Kelas dilanjutkan dengan doaMurid memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.Mengajak murid untuk melakukan pemanasan	2 menit
Kegiatan Inti	Materi : <i>Menendang Bola</i>	
		5 menit

	<p>Mengamati</p> <p>1. Murid mengamati guru menjelaskan tentang menendang bola dalam permainan sepak bola. (Mandiri)</p> <p>Menanya</p> <p>1. Guru memberikan kesempatan murid untuk bertanya tentang materi yang belum dipahami (Communication)</p> <p>Menalar</p> <p>1. Murid mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan menendang bola. <i>Critical Thinking</i>)</p> <p>2. Guru menunjuk beberapa murid untuk maju dan memperagakan cara menendang bola dengan bimbingan guru.</p> <p>3. Murid melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>4. Guru menyatakan bahwa murid telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan</p> <p>Mencoba</p> <p>1. Sebelum memulai kegiatan menendang bola, Murid harus mempelajari teknik menendang bola setahap demi setahap sampai mahir.</p> <p>2. Murid membentuk kelompok yang terdiri atas dua orang, kemudian praktikkan cara menendang bola secara bersama-sama. (<i>Collaboration, Creativity</i>)</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>1. Murid menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya. (Mandiri)</p>	
<p>Catatan : Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap murid dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan</p>		
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Murid bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung ; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apa saja yang telah dipahami Murid? ➤ Apa yang belum dipahami Murid? ➤ Bagaimana perasaan selama pembelajaran? • Materi tentang sub tema: yang baru dilakukan • Murid bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran. • Murid menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orangtua • Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang Murid. 	<p>3 Menit</p>

I. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Sikap

- Penilaian Observasi

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku murid sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Murid	Aspek Perilaku yang Dinilai				Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		BS	JJ	TJ	DS			
1	...	75	75	50	75	275	68,75	C
2

Keterangan :

- BS : Bekerja Sama
- JJ : Jujur
- TJ : Tanggun Jawab
- DS : Disiplin

Catatan :

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:
100 = Sangat Baik
75 = Baik
50 = Cukup
25 = Kurang
2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria = $100 \times 4 = 400$
3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai = $275 : 4 = 68,75$
4. Kode nilai / predikat :
75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
50,01 – 75,00 = Baik (B)
25,01 – 50,00 = Cukup (C)
00,00 – 25,00 = Kurang (K)
5. Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai

- Penilaian Diri

Seiring dengan bergesernya pusat pembelajaran dari guru kepada murid, maka murid diberikan kesempatan untuk menilai kemampuan dirinya sendiri. Namun agar penilaian tetap bersifat objektif, maka guru hendaknya menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari penilaian diri ini, menentukan kompetensi yang akan dinilai, kemudian menentukan kriteria penilaian yang akan digunakan, dan merumuskan format penilaiannya. Jadi, singkatnya format penilaiannya disiapkan oleh guru terlebih dahulu. Berikut Contoh format penilaian :

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
1	Selama diskusi, saya ikut serta mengusulkan ide/gagasan.	50		250	62,50	C
2	Ketika kami berdiskusi, setiap anggota mendapatkan		50			

	kesempatan untuk berbicara.					
3	Saya ikut serta dalam membuat kesimpulan hasil diskusi kelompok.	50				
4	...	100				

Catatan :

1. Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50
2. Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria = $4 \times 100 = 400$
3. Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) = $(250 : 400) \times 100 = 62,50$
4. Kode nilai / predikat :
 - 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
 - 50,01 – 75,00 = Baik (B)
 - 25,01 – 50,00 = Cukup (C)
 - 00,00 – 25,00 = Kurang (K)
5. Format di atas dapat juga digunakan untuk menilai kompetensi pengetahuan dan keterampilan

- **Penilaian Teman Sebaya**

Penilaian ini dilakukan dengan meminta murid untuk menilai temannya sendiri. Sama halnya dengan penilaian hendaknya guru telah menjelaskan maksud dan tujuan penilaian, membuat kriteria penilaian, dan juga menentukan format penilaiannya. Berikut Contoh format penilaian teman sebaya :

Nama yang diamati : ...

Pengamat : ...

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
1	Mau menerima pendapat teman.	100		450	90,00	SB
2	Memberikan solusi terhadap permasalahan.	100				
3	Memaksakan pendapat sendiri kepada anggota kelompok.		100			
4	Marah saat diberi kritik.	100				
5	...		50			

Catatan :

1. Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50 untuk pernyataan yang positif, sedangkan untuk pernyataan yang negatif, Ya = 50 dan Tidak = 100
2. Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria = $5 \times 100 = 500$
3. Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) = $(450 : 500) \times 100 = 90,00$
4. Kode nilai / predikat :
 - 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
 - 50,01 – 75,00 = Baik (B)
 - 25,01 – 50,00 = Cukup (C)

00,00 – 25,00 = Kurang (K)

- **Penilaian Jurnal** (*Lihat lampiran*)

2. Pengetahuan

- **Tertulis Pilihan Ganda** (*lihat lampiran*)
- **Tertulis Uraian** (*lihat lampiran*)
- **Tes Lisan / Observasi terhadap Diskusi Tanya Jawab dan Percakapan**

Praktek Monolog atau Dialog

Penilaian Aspek Percakapan

No	Aspek yang Dinilai	Skala				Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		25	50	75	100			
1	Intonasi							
2	Pelafalan							
3	Kelancaran							
4	Ekspresi							
5	Penampilan							
6	Gestur							

- **Penugasan** (*lihat lampiran*)

Tugas Rumah

- Murid menjawab pertanyaan yang terdapat pada buku murid
- Murid memnta tanda tangan orangtua sebagai bukti bahwa mereka telah mengerjakan tugas rumah dengan baik
- Murid mengumpulkan jawaban dari tugas rumah yang telah dikerjakan untuk mendapatkan penilaian

3. Keterampilan

- **Penilaian Unjuk Kerja**

Contoh instrumen penilaian unjuk kerja dapat dilihat pada instrumen penilaian ujian keterampilan berbicara sebagai berikut:

Instrumen Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	Sangat Baik (100)	Baik (75)	Kurang Baik (50)	Tidak Baik (25)
1	Kesesuaian respon dengan pertanyaan				
2	Keserasian pemilihan kata				
3	Kesesuaian penggunaan tata bahasa				
4	Pelafalan				

Kriteria penilaian (skor)

100 = Sangat Baik

50 = Kurang Baik

75 = Baik

25 = Tidak Baik

Cara mencari nilai (N) = Jumlah skor yang diperoleh murid dibagi jumlah skor maksimal dikali skor ideal (100)

Instrumen Penilaian Diskusi

No	Aspek yang Dinilai	100	75	50	25
1	Penguasaan materi diskusi				
2	Kemampuan menjawab pertanyaan				
3	Kemampuan mengolah kata				
4	Kemampuan menyelesaikan masalah				

Keterangan :

100 = Sangat Baik

50 = Kurang Baik

75 = Baik

25 = Tidak Baik

- **Penilaian Proyek**(lihat lampiran)
Membuat denah sekolah, jadwal kegiatan sekolah, dll
- **Penilaian Produk**(lihat lampiran)
- **Penilaian Portofolio**

Kumpulan semua tugas yang sudah dikerjakan murid, seperti catatan, PR, dll
Instrumen Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	100	75	50	25
1					
2					
3					
4					

4. Pembelajaran Remedial

Aktivitas kegiatan pembelajaran remedial dapat berupa: pembelajaran ulang, bimbingan perorangan, belajar kelompok atau tutor sebaya dengan merumuskan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik murid, alokasi waktu, sarana dan media pembelajaran.

5. Pembelajaran Pengayaan

Kegiatan pembelajaran pengayaan dirumuskan sesuai dengan karakteristik murid, alokasi waktu, sarana dan media pembelajaran.

J. Sumber dan Referensi

Buku Guru PJOK Kelas 5 Kurikulum 2013

Buku Murid PJOK Kelas 5 Kurikulum 2013

Mengetahui :
Kepala SD Islam Darul Hikmah

Makassar, 12 Juli 2021
Guru Mata Pelajaran

Lala, S. Pd

Amiruddin, S. Pd