

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN PURWOSUMAN 4  
 Kelas / Semester : 1 / 1  
 Tema : Keluargaku (Tema 4)  
 Sub Tema : Kebersamaan Dalam Keluarga (Sub Tema 4)  
 Muatan Terpadu : PJOK (3.1, 4.1)  
 Materi : Gerakan Lompat Katak  
 Pembelajaran ke : 4  
 Alokasi waktu : 1 Hari

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan bermain lompat katak, siswa mampu melakukan gerakan melompat satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional dengan baik.
2. Dengan bermain lompat katak yang terlebih dahulu dicontohkan oleh guru, siswa mampu mempraktikkan prosedur gerakan melompat satu arah sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

### KEGIATAN PEMBELAJARAN

| KEGIATAN                   | DESKRIPSI KEGIATAN  | WAKTU       |
|----------------------------|---|-------------|
| <b>egiatan Pendahuluan</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a.</li> <li>2. Mengucapkan pancasila.</li> <li>3. Pembiasaan membaca/menulis</li> </ol>  | 10<br>menit |
| <b>Kegiatan Inti</b>       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kemudian siswa diminta memperhatikan guru ketika memberikan contoh gerakan lompat katak yang baik dan benar. Sikap lompat harus sangat memperhatikan posisi badan, kaki dan tangan ketika mendarat. Badan tegak lurus, posisi tangan ke depan tegak lurus dan mendaratlah dengan dua kaki dengan gerakan lutut kaki memantul (follow trough) agar tidak cedera.</li> <li>2. Siswa bersiap dan latihan lompat katak.</li> <li>3. Setelah siap, siswa pun bermain lompat katak.</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="428 1223 824 1739"> <p>Siti sedang berkunjung ke rumah pamannya. Paman Siti mengundang seluruh keluarga besarnya. Paman Siti sedang syukuran rumah barunya. Siti dan sepupunya bermain di pekarangan rumah. Sepupu Siti mengajak bermain lompat katak. Apakah kamu pernah bermain lompat katak? Yuk kita bermain bersama.</p> <p>1. Ayo kita menuju lapangan yang luas.<br/>                 2. Yuk kita lomba lompat katak.<br/>                 3. Lompatlah yang tinggi<br/>                 4. Hati-hati jangan sampai menabrak temanmu.</p> <p><b>Ketjo Sama dengan Orang Tua</b></p> <p>Bersama orang tuamu latihan menulis ungkapan terima kasih.</p> </div> <div data-bbox="846 1223 1243 1739"> </div> </div> | 65<br>menit |
| <b>Kegiatan Penutup</b>    | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini.</li> <li>2. Guru menyampaikan tugas kerja sama dengan orang tua dan siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua.</li> <li>3. Mengucapkan sila sila pancasila membangkitan rasa nasionalisme</li> <li>4. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa.</li> </ol>  | 15<br>menit |

### 3. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Purwosuman, 17 November 2021  
Guru PJOK Kelas I

**MEMET EKO WASONO PUTRO .S.Pd**  
NIP : 197209131999031007

**MEMET EKO WASONO PUTRO .S.Pd**  
NIP : 197209131999031007

1. Penilaian Sikap: Observasi dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan

**Contoh lembar observasi sikap :**

Nama : .....  
 Kelas/Sem : Kelas I/Sem 1  
 Pelaksanaan pengamatan : Di luar/di dalam pembelajaran

| No | Aspek yang di amati | tanggal | catatan                          |
|----|---------------------|---------|----------------------------------|
| 1  | Benar dan rapi      |         | Berdiri dengan benar dan rapi    |
| 2  | Percaya diri        |         | Yakin bias meniru katak melompat |
| 3  |                     |         |                                  |

2. Penilaian keterampilan:  
 Penilaian: Unjuk kerja: meniru gerakan lompat katak yg di sesuaikan keseimbangan

| KRITERIA   | BAIK SEKALI   | BAIK(3)  | CUKUP(2)   | KURANG(1)   |
|--|---|--|--|---|
| 1.lompat katak dengan kriteria yg benar,yaitu berdiri dengan tegak tegak kedua tangan ke depan(keseimbangan) Badan dan mendarat dengan kedua kaki dan lutut memantul(ngeper) | Siswa memenuhi 4 kriteria   | Siswa memenuhi 3 kriteria  | Siswa memenuhi 2 kriteria  | Siswa memenuhi 1 kriteria                                       |
| 2.kemampuan menjalankan perintah   | Siswa mampu melakukan lompat sesuai dengan instruksi tanpa pengarahan ulang | Siswa mampu melakukan lompat sesuai dengan instruksi dengan 1 x pengarahan ulang | Siswa mampu melakukan lompat sesuai dengan instruksi dengan lebih dari 1x pengarahan ulang | Siswa belum mampu melakukan lompat sesuai dengan instruksi guru |

**Centang (√) sesuai kriteria**

- Kriteria penilaian masing-masing memiliki poin 25 di setiap bobot angka. Jika bobotnya 4, maka skornya adalah  $4 \times 25 = 100$ , dan seterusnya.

**4. SUMBER DAN MEDIA**

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
2. gambar yang menunjuk katak melompat ( internet)
3. gambar lompat manusia