

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 7 ULIM PIDIE JAYA  
Topik : 1  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas / Semester : 2 / 1 (Ganjil)  
Materi Pokok : Gerak Lokomotor  
Alokasi waktu : 10 Menit ( 1 X pertemuan )


### A. Tujuan Pembelajaran

Melalui kegiatan pembelajaran menggunakan pendekatan Saintifik dan Model Pembelajaran Discovery learning siswa diharapkan dapat :

1. Melalui kegiatan menonton Vidio Siswa dapat Mengidentifikasi gerak dasar Lokomotor pada jalan dan lari dengan tepat.
2. Berdasarkan hasil diskusi dan tanya jawab siswa dapat menganalisis perbedaan jalan dengan lari secara benar
3. Melalui Praktik langsung siswa dapat melakukan praktik gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari dengan teliti dan penuh tanggung jawab

### B. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan		
	<p><b>Orientasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa.</li><li>• Kelas dilanjutkan dengan doa dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca doa adalah siswa yang hari itu datang paling awal ( <i>Menghargai kedisiplinan siswa</i> )</li><li>• untuk memeriksa kerapian diri dan kebersihan kelas</li><li>• Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.</li></ul> <p><b>Apersepsi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya.</li><li>• Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya.jawab</li></ul> <p><b>Motivasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari</li></ul>	2 menit

Kegiatan Inti	Materi : <i>gerak dasar Lokomotor</i>	
<p><b>Sintak Model Pembelajaran</b></p> <p>Stimulation (stimulasi/ pemberian rangsangan)</p> <p>Data collection (pengumpulan data)</p> <p>Data processing (pengolahan)</p> <p>Verification (pembuktian)</p> <p>Generalization (menarik kesimpulan)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi <i>gerak dasar Lokomotor pada jalan dan lari</i> dengan cara : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Guru menjelaskan langkah yang harus dikerjakan siswa saat pemutaran video yaitu siswa mengidentifikasi gerakan lokomotor yang ada dalam video: Siswa menonton video yang diputar oleh guru, secara individu siswa diminta menjawab tentang hasil indentifikasi gerakan lokomotor dalam video boleh secara lisan, tulisan atau gambar( Kegiatan HOTS sesuai dengan karakteristik siswa/kemampuan siswa) <b>Nilai karakter Teliti dan Mandiri</b></li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Pembelajaran penjas sd kelas 2 Gerakan Lokomotor (berjalan dan berlari)  Sumber: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=...">https: video pembelajaran gerak dasar Lokomotor,diunduh tgl 15 Desember 2021</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa di suruh ke depan kelas untuk mempraktekkan hasil pengamatan video ( <b>Nilai karakter tertib</b> )</li> <li>• Setelah selesai praktek dan menjelaskan hasil Indentifikasi, siswa dibagi kedalam 3 kelompok kemudian disuruh berdiskusi</li> <li>• Hasil kerja KLP di pajangkan di sudut-sudut kelas,</li> <li>• Siswa dan Guru menyimpulkan hasil diskusi serta pemberian penguatan</li> <li>• Siswa bersama guru menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan</li> <li>• Melakukan tes pengetahuan secara Lisan</li> <li>• untuk menganalisis letak perbedaan jalan dan lari , boleh membuka buku paket yang ada pada siswa sebagai refensi. Hasil diskusi dituangkan dalam lembar jawaban siswa sesuai dengan LKPD yang di bagikan( <b>Nilai Karakter kerjasama, Komunikasi</b>)</li> </ul> <p>Hasil LK setiap klp boleh menurut keinginan siswa sendiri( berupa gambar, narasi, peta konsep)</p>	6 menit

Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung ; <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Apa saja yang telah dipahami siswa?</li> <li>✓ Apa yang belum dipahami siswa?</li> <li>✓ Bagaimana perasaan selama pembelajaran?</li> </ul> </li> <li>• Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran.</li> <li>• Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orangtua</li> <li>• kegiatan ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa</li> </ul>	2 Menit
---------	--	---------

## **Penilaian Hasil Pembelajaran**

### **1. Sikap**

#### **- Penilaian Observasi**

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan siswa saat kegiatan pembelajaran berlangsung baik di dalam kelas maupun di luar hasil Observasi di isi di Jurnal penilaian sikap( Sikap spritual dan sikap sosial )

### **2. Pengetahuan**

#### **- Tes Lisan**

### **3. Keterampilan**

#### **- Penilaian Unjuk Kerja( saat siswa berdiskusi dan saat melakukan Praktik)**

Mengetahui  
Plt. Kepala SDN 7 Ulim



( **ISHAK, S.Pd** )

NIP. 19680101 200012 1 002

Ulim, 15 desember 2021  
Guru PJOK



( **ISHAK, S.Pd** )

NIP. 19680101 200012 1 001

## 1. Penilaian Sikap

### a. Jurnal penilaian sikap Spritual

No	Hari/tgl	Nama siswa	Catatan Perilaku	Nilai Karakter	Tindak Lanjut
1					

### b. Jurnal penilaian sikap Sosial

No	Hari/tgl	Nama siswa	Catatan Perilaku	Nilai Karakter	Tindak Lanjut
1					

## 2. Penilaian pengetahuan

Soal Tes Lisan

- Apa yang dimaksud dengan gerakan lokomotor?
- Gerakan dasar Locomotor apa saja yang telah kita pelajari hari ini?
- Apa perbedaan jalan dengan Lari?

## 3. Penilaian Ketrampilan

Contoh instrumen penilaian unjuk kerja sebagai berikut:

### Instrumen Penilaian Diskusi

No	Aspek yang Dinilai	100	75	50	25
1	Penguasaan materi diskusi				
2	Kemampuan menjawab pertanyaan				
3	Kerja sama				

Kriteria penilaian (skor)

100 = Sangat Baik

75 = Baik

50 = Kurang Baik

25 = Tidak Baik

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

### Instrumen Penilaian Praktik berjalan dan berlari

No	Aspek yang Dinilai	Sangat Baik (100)	Baik (75)	Kurang Baik (50)	Tidak Baik (25)
1	Kesesuaian tangan dan kaki				
2	Ketepatan pada lintasan				

Keterangan :

100 = Sangat Baik

75 = Baik

50 = Kurang Baik

25 = Tidak Baik

#### 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 peserta didik, alokasi waktu, sarana dan media pembelajaran.

#### 5. Pembelajaran Pengayaan

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

### Lembar Kerja Peserta Didik siswa (LKPD) 1

Tuliskanlah Hasil Identifikasi dari video yang telah kamu Tonton tentang gerak dasar Lokomotor . Kemudian tuliskanlah hasil tersebut dalam LKPD di bawah ini atau laporkan sesuai dengan hasil kreasi KLP MU!

Tuliskan seperti contoh

NO	GERAKAN DASAR LOKOMOTOR HASIL IDENTIFIKASI VIDIO
1	Berjalan Lurus ke depan
2	
3	
4	
5	
6	

Tuliskan kesimpulanMU!

## Lembar Kerja Peserta Didik siswa (LKPD) 2

Berdasarkan Identifikasi pada LKPD 1, Analisislah perbedaan jalan dan lari, tuliskan hasil analisisMu dalam Tabel Di bawah Ini!

NO	Perbedaan Jalan dan Lari
1	
2	

Apakah Kesimpulan MU?

# BAHAN AJAR

## MATERI GERAK DASAR LOKOMOTOR

Tontonlah Vidio di bawah ini, saat menonton vidio ,kamu boleh mencatat atau hanya mengingat saja , kegiatan gerak dasar lokomotor apa saja yang ada di dalam vidio, kemudian Diskusikan hasil pengamatanmu dalam kelompok bersama teman-temanMu!



Pembelajaran penjas sd kelas 2 Gerakan Locomotor (berjalan dan berlari) ishak.mp4

Tuliskan hasil diskusi kelompok ke dalam LKPD dibawah ini!

NO	GERAKAN DASAR LOKOMOTOR HASIL IDENTIFIKASI VIDIO
1	Berjalan Lurus ke depan
2	
3	
4	
5	
6	

Kemudian bacalah bacaan di bawah Ini!



### Ayo, Mengamati!

Amatilah aktivitas fisik seperti gambar di samping secara cermat. Bagaimana posisi lengan dan kaki saat melakukan aktivitas fisik seperti gambar tersebut? Diskusikan bersama temanmu, kemudian jelaskan hasil diskusi kepada teman dan guru secara santun. Lakukan kegiatan ini secara bertanggung jawab.



Melalui kegiatan tersebut, kamu dapat mengetahui posisi lengan dan kaki saat berjalan. Apa sajakah bentuk variasi gerak dasar jalan? Mari, kita pelajari materi berikut.

Gerak dasar lokomotor adalah : gerakan yang berpindah tempat



Bagaimana cara melakukan variasi gerak berjalan maju dan mundur? Cara melakukan variasi gerak berjalan ke depan sebagai berikut.

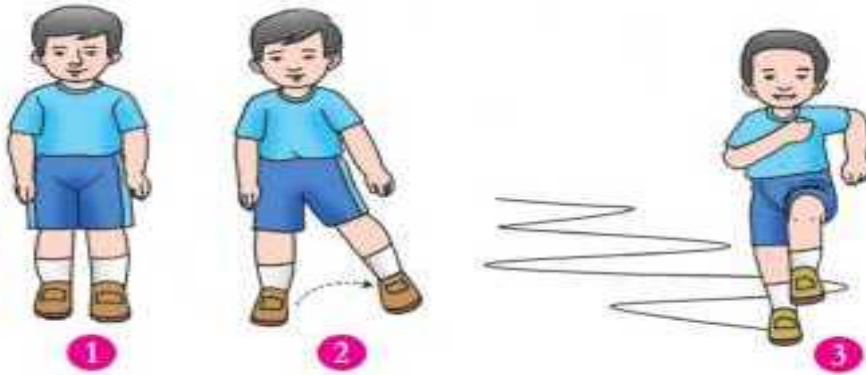
1. Posisi awal, sikap berdiri tegak dan pandangan ke depan.
2. Langkahkan kaki kanan ke depan.
3. Langkahkan kaki kiri ke depan. Ayunkan lengan kanan ke depan.
4. Langkahkan kaki kanan ke belakang. Ayunkan lengan kiri dari depan ke belakang. Ayunan lengan kanan kebalikan ayunan lengan kiri.
5. Langkahkan kaki kiri ke belakang. Ayunkan lengan kanan dari depan ke belakang. Ayunan lengan kiri kebalikan ayunan lengan kanan.

Lakukan variasi jalan maju dan mundur seperti Gambar Berikut:  
Lakukan dengan disiplin dan tanggung jawab bersama temanmu.



Jalan maju dan mundur.





Dari gambar tersebut, kamu dapat mengetahui variasi jalan ke samping dan berkelok-kelok. Bagaimana cara melakukannya?

1. Sikap awal, posisi tubuh berdiri tegak.
2. Langkahkan kaki kiri ke samping.
3. Kemudian, langkahkan kaki kanan ke samping kaki kiri hingga merapat.
4. Langkahkan kembali kaki kiri ke samping kaki kiri disusul kanan, begitu seterusnya.

### Lari Pelan dan Lari Cepat

Lari santai dikenal dengan istilah jogging, sedangkan lari cepat dikenal dengan istilah *sprint*. Kedua jenis lari ini dapat divariasikan. Bagaimana cara melakukan variasi gerak lari pelan (joging) dan lari cepat (*sprint*)? Amatilah aktivitas lari seperti Gambar



Dari Gambar di atas kamu dapat menganalisis cara melakukan variasi gerak lari pelan dan lari cepat. Bagaimana langkah-langkahnya? Awalnya, sikap berdiri tegak. Melangkahlah untuk melakukan lari pelan (joging) sejauh 10 m. Kemudian, lakukan lari cepat dalam jarak tertentu. Saat berlari, gunakan ujung telapak kaki. Ayunkan lengan dengan kedua tangan dikepalkan atau dibuka. Ayunan lengan dilakukan secara santai. Posisi badan miring ke depan dan pandangan ke depan. Saat berlari, ayunan lengan dan langkah kaki harus terkoordinasi dengan baik. Langkah kaki kiri ke depan diikuti ayunan lengan kiri ke belakang. Sebaliknya, saat kaki kanan melangkah ke depan, ayunan lengan kanan ke belakang.

Perbedaan Jalan dan Lari adalah: Jalan salah satu kaki tetap menyentuh tanah, walaupun itu jalan cepat sekalipun sedangkan Lari Kedua kaki ada saatnya melayang di udara

