

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : Sekolah Dasar Negeri Pesawahan

Kelas / Semester : IV/1

Tema : Permainan Bola Kecil

Sub Pelajaran : Variasi Gerak Dasar Permainan Bola Kecil (Lempar tangkap Permainan kasti)

Pertemuan : 2

Alokasi waktu : 2 X 35 menit

### A TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan langkah gerakan melempar bola dalam permainan bola kasti dengan tepat.
2. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan langkah gerakan menangkap bola dalam permainan bola kasti dengan tepat.
3. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan melempar bola dalam permainan bola kasti dengan lancar.
4. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan menangkap bola dalam permainan bola kasti dengan lancar

### B KEGIATAN PEMBELAJARAN

No	Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
1	<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru Membariskan siswa di lapangan</li><li>2. Guru mengajak siswa untuk berdoa bersama</li><li>3. Guru mengecek kehadiran dan kesehatan siswa</li><li>4. Guru mengingatkan siswa agar mempersiapkan alat pembelajaran dan buku tema untuk mengikuti pembelajaran hari ini.</li><li>5. Apersepsi : Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dikaitkan dengan pengalaman peserta didik.</li><li>6. Guru memimpin pemanasan di lapangan</li><li>7. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari ( Motivasi)</li></ol>	<b>10 Menit</b>
	<b>Kegiatan Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan materi pembelajaran tentang melempar bola dalam permainan bola kasti.</li><li>2. Guru memberikan materi pembelajaran tentang menangkap bola dalam permainan bola kasti</li><li>3. Siswa diminta untuk memperhatikan penjelasan dan materi dari guru.</li><li>4. Guru memandu dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang dijelaskan oleh guru.</li><li>5. Guru meminta Siswa untuk mempraktikkan gerakan:<ul style="list-style-type: none"><li>- Melempar bola dalam permainan kasti.</li><li>- Menangkap bola dalam permainan kasti</li></ul></li><li>6. Guru memberikan bimbingan/arahan kepada siswa saat melakukan gerakan melempar dan menangkap bola pada permainan bola kasti.</li><li>7. Guru memberikan Evaluasi sebagai tugas kepada siswa.</li></ol>	<b>45 menit</b>
	<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru mengevaluasi gerakan-gerakan siswa saat melakukan gerakan melempar dan menangkap bola pada permainan bola kasti.</li><li>2. Guru memberikan tindak lanjut berupa tugas materi hari ini untuk berlatih di rumah masing-masing.</li><li>3. Guru menutup pembelajaran dengan doa</li></ol>	<b>15 menit</b>

C Penilaian Pembelajaran

1. Penilaian sikap : pengamatan terhadap keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran lempar tangkap bola dalam permainan bola kasti
2. Penilaian pengetahuan : hasil jawaban siswa terhadap pertanyaan yang diberikan.
3. Penilaian keterampilan: produk hasil kerja siswa.

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Tri Mulyono, S.Pd.  
NIP 19680611 200003 1 005

Karangsambung, 9 Agustus 2021  
Guru Penjasorkes

Tri Mulyono, S.Pd.  
NIP 19680611 200003 1 005

Lampiran-lampiran.

Penilaian Hasil Pembelajaran

A Sikap

1 Rubrik pengamatan guru

No	Deskripsi	Skor		
		1	2	3
1	Berperilaku sportif dalam bermain			
2	Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar			
3	Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik			
Nilai = ( skor perolehan : skor maksimal ) x 10				

No	Deskripsi	Skor		
		1	2	3
1	Berperilaku sportif dalam bermain	Jika kurang aktif dan tidak serius terhadap tugasnya	Jika aktif tetapi tidak serius terhadap tugasnya	Jika aktif dan serius terhadap tugasnya
2	Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar	Jika tidak menjaga keselamatan kerja dan tidak memelihara alat dan bahan	Jika kurang menjaga keselamatan kerja dan kurunag memelihara alat dan bahan	Jika selalu menjaga keselamatan kerja dan memelihara alat dan bahan
3	Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik	Jika tidak menunjukkan kerjasama dan ingin menang sendiri	Jika kurang menunjukkan kerjasama dan tidak ingin menang sendiri	Jika selalu menunjukkan kerjasama dan tidak ingin menang sendiri

Nilai Akhir yang diperoleh siswa:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{9} \times 4 \quad \text{dan dikonversi ke huruf}$$

B Pengetahuan

No	Deskripsi	Skor		
		1	2	3
1	Menjelaskan sikap awal bola permainan bola kecil dengan benar			
2	Menjelaskan sikap perkenaan bola pada lempar tangkap bola bawahbolapermainan bola kecil dengan benar			
3	Menjelaskan sikap akhir lempar tangkap bola permainan bola kecil dengan benar			
Nilai = ( skor perolehan : skor maksimal ) x 10				

C Keterampilan

1 Penilaian Unjuk Kerja

No	Deskripsi	Skor				
		1	2	3	4	5
1	<p>Cara Melempar Bola Lambung, yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap berdiri menyamping, kaki kiri di depan, dan kaki dibuka selebar bahu.</li> <li>2. Tangan kanan memegang bola dan berada di samping dengan siap melempar, Pandangan lurus ke arah yang dituju.</li> <li>3. Bola dilempar dari atas kepala sehingga jalannya bola akan melambung tinggi.</li> <li>4. Posisi bola lambungan berada di atas kepala si pelempar</li> </ol>					
2	<p>Cara melempar bola lurus, yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap berdiri menyamping, kaki kiri di depan dan kedua kaki dibuka lebar.</li> <li>2. Tangan kanan memegang bola dan siku dibengkokkan sekitar 90°.</li> <li>3. Pandangan ke arah sasaran yang dituju.</li> <li>4. Bola dilemparkan sejajar kepala sehingga jalannya bola sejajar dengan tinggi dada</li> </ol>					
3	<p>Cara Menangkap Bola rendah, yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap lutut ditekuk lebih rendah.</li> <li>2. Kedua lengan sejajar dijulurkan lurus ke depan bawah menghadap ke arah datangnya bola.</li> <li>3. Kedua telapak tangan terbuka dirapatkan hingga kelingking tangan kiri dan kanan rapat.</li> <li>4. Pada waktu bola menyentuh tangan, semua jari ditutup, kedua tangan segera sedikit ditarik ke belakang bawah mengikuti arah jalannya bola</li> </ol>					
4	<p>Menangkap bola bergulir di tanah</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap kedua lutut rapat menyentuh tanah, sikap kaki kiri jongkok kaki kanan berlutut menyentuh tanah secara rapat, sikap berdiri badan dibongkokkan ke depan bawah.</li> <li>2. Kedua tangan sejajar dijulurkan lurus kedepan bawah menghadap ke arah datangnya bola.</li> <li>3. Kedua telapak tangan terbuka, sedangkan kedua jari kelingking rapat dan posisi jari yang lain agak merenggang serta sedikit ditekuk ke depan sehingga semua ujung jari menyentuh tanah.</li> <li>4. Pada waktu bola menyentuh tangan, semua jari ditutup kedua tangan segera ditarik kedepan</li> </ol>					
<p>Nilai = ( skor perolehan : skor maksimal ) x 10</p>						

2 Kriteria penilaian produk

Penilaian produk teknik (Lempar tangkap bola kasti)

- Melempar : 10 kali
- Menangkap : 10 kali

Perolehan nilai		Kriteria penskoran	Klasifikasi Nilai
Putra	Putri		
9 - 10	9 - 10	100	Sangat baik
7 - 8	7 - 8	90	Baik
5 - 6	5 - 6	80	Cukup
3 - 4	3 - 4	70	Kurang
....> 3 kali	....> 3 kali	60	Kurang sekali

