

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
PJOK

Satuan Pendidikan : SD Negeri 10 Nipah Kuning
Kelas / Semester : 4 /2
Pelajaran : Beladiri
Jenis Kegiatan : Gerak Dasar Pencak Silat
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 90 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual 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

Muatan: PJOK

Kompetensi	Indikator
3.4 Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non-lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni bela diri.**	3.4.1 Menjelaskan langkah-langkah gerak kaki pada bela diri silat.
4.4 Mempraktikan gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor untuk membentuk gerak dasar seni bela diri. **	4.4.1 Mempraktikkan langkah-langkah gerak kaki pada bela diri silat.

C. TUJUAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan gerakan kuda-kuda pada bela diri silat dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan kuda-kuda pada bela diri silat dengan lancar.

D. MATERI

1. Sikap Dasar Pencak Silat

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*
Strategi : *Cooperative Learning*
Teknik : *Example Non Example*
Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa 2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. (Menghargai kedisiplinan siswa). 3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita. 4. Pembiasaan membaca/menulis 15-20 menit dimulai dengan guru menceritakan tentang bela diri. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan kegiatan literasi dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang tergambar pada sampul media. • Apa judul media • Kira-kira ini menceritakan tentang apa • Guru menyampaikan kepada siswa mereka akan melakukan praktek di luar kelas. 5. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. 	10 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang gerak dasar pencak silat pada seni bela diri. (Mandiri) 2. Siswa mengemati <i>E Modul</i> tentang gerak dasar pencak silat <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan 2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Communication) <p>C. Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang sikap kuda-kuda pada seni bela diri. (Critical Thinking, Collaboration) 2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak. 3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan sikap kuda-kuda dengan bimbingan guru 4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>D. Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan, guru harus mempelajari teknik sikap kuda-kuda pada seni bela diri setahap demi setahap sampai mahir, dengan 	65 menit

	<p>bantuan <i>E Modul</i>.</p> <p>2. Siswa mempraktikkan sikap kuda-kuda pada seni bela diri secara bersama-sama pada gambar atau video yang terdapat didalam <i>E Modul</i>. (Critical Thinking, Collaboration)</p> <p>E. Mengkomunikasikan</p> <p>1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya, setelah menggunakan <i>E Modul</i> (Communication)</p> <p>2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lesan di depan teman dan guru. (Communication)</p>	
Kegiatan Penutup	<p>1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.</p> <p>2. Guru memberikan penguatan agar siswa menjaga kebersihan dengan cara rajin cuci tangan menjaga jarak dan memakai masker di masa covid 19</p> <p>3. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga</p> <p>4. Setelah selesai praktik, guru kemudian mengajak siswa melakukan refleksi tentang gerakan yang telah mereka praktikkan di dalam kelas.</p> <p>5. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan</p> <p>6. Guru menyampaikan tentang manfaat olahraga pada hari ini bagi tubuh.</p> <p>7. Salam dan do'a penutup. (Religius)</p>	15 menit

G. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut

a. Pengetahuan

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Tertulis	Pertanyaan dan atau tugas tertulis berbentuk uraian	Urutkan cara melakukan gerak dasar pencak silat kuda-kuda dengan baik dan benar	Setelah pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)
	Penugasan	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esai.	Simpulkan cara melakukan gerak dasar pencak silat kuda-kuda yang baik dan benar	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran (<i>assessment for learning</i>)

b. Keterampilan

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Praktik	Tugas (keterampilan)	Demonstrasikan cara melakukan gerak dasar pencak silat kuda-kuda dengan baik dan benar	Pada akhir pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)

H. SUMBER DAN MEDIA

1. *E Modul* Gerak Dasar Pencak Silat
2. Buku Pedoman Guru Kelas IV dan Buku Siswa Kelas IV (Buku Penjas Orkes Kurikulum 2013, Bandung: Yrama Widya, 2016).
3. Video/slide/gambar bela diri.

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui,
Kepala SDN 10 Nipah Kuning

....., 20..
Guru Mapel PJOK

A.SUSANTO, S.Pd
NIP. 196508071988071002

DODDY DHARMAWAN, S.Pd.
NIP. 198604012015031001