

## Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

(RPP)

Sekolah : SD Negeri Tegalwulung 01  
Kelas /Semester : IV / 1 (Gasal)  
Tema 6 : Cita-Citaku  
Subtema 2 : Hebatnya Cita-Citaku  
Pembelajaran ke- : 3 dan 5  
Peertemuan ke- : 3 dan 4  
Fokus Pembelajaran : PJOK  
Alokasi Waktu : 4 Jam Pelajaran (2 x 35 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 (KD), Indikator Pencapaian Kompetensi

No	KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI
1	<p>3.2 Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>4.2 mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p>	<p>3.2.1 Peserta didik berpasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</p> <p>3.2.2 Peserta didik bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola keberbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi.</p> <p>3.2.3 Peserta didik 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).</p> <p>3.2.4 Peserta didik berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</p> <p>3.2.5 Peserta didik mencoba tugas variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola keberbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <p>3.2.6 Hasil belajar Peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</p>

### C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran diharapkan Peserta didik mampu:

1. Peserta didik berpasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.
2. Peserta didik bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi.
3. Peserta didik 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. Peserta didik berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.
5. Peserta didik mencoba tugas variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.
6. Hasil belajar Peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.

- ❖ **Karakter Peserta didik yang diharapkan** :
- Religius
  - Nasionalis
  - Mandiri
  - Gotong Royong
  - Integritas

### D. Materi Pembelajaran

Kasti:

- Melambungkan Bola
- Melempar Bola
- Menangkap Bola

### E. Metode Pembelajaran

Pendekatan : Saintifik  
Metode : Daring Communications

### F. Media Pembelajaran

**Media :**

1. Buku Teks bacaan, Gambar-gambar
2. Group Whatsapp kelas
3. Video pembelajaran

**Alat/Bahan :**

1. Bola kasti

### G. Sumber belajar

- Khairul Hadziq & Anwar Musadad, Buku Peserta didik Penjas Orkes Kelas IV SD/MI, Yrama Widya, Bandung, Revisi 2017.
- Buku referensi lain yang relevan
- *Video Pembelajaran kasti dari Youtube* <https://youtu.be/5ObzFjvDXTw>
- Lingkungan setempat

## H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

### Pertemuan Ke 1

TAHAP PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
A. Kegiatan Pendahuluan		
Pendahuluan (persiapan/orientasi)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru memulai pembelajaran melalui Grup <i>whatsapp</i> di Group kelas</li> <li>- Guru mengucapkan salam, menanyakan kabar peserta didik</li> <li>- Guru memimpin berdoa</li> </ul>	
Apersepsi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengaitkan materi dengan pengalaman peserta didik (lempar tangkap bola)</li> <li>- Mengingatkan kembali materi prasyarat (menjelaskan permainan bola kasti)</li> <li>- Mengajukan pertanyaan pendahuluan:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siapa yang bisa melempar bola?</li> <li>2. Siapa yang bisa menangkap bola?</li> </ol> </li> </ul>	
Motivasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyampaikan kompetensi yang akan dipelajari</li> <li>- Memberikan gambaran tentang manfaat materi</li> <li>- Menyampaikan tujuan, strategi, dan penilaian yang akan dilakukan dalam pembelajaran</li> </ul>	
B. Kegiatan Inti		
Sintak Model Pembelajaran 1	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membimbing peserta didik membagi kelas menjadi beberapa kelompok dengan adil. <b><i>Gotong royong</i></b></li> <li>• Guru mengarahkan peserta didik mengamati berbagai aktivitas sehari-hari temanmu yang dapat meningkatkan kemampuan melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi. <b><i>Critical Thinking and Problem Solving</i></b></li> <li>• Guru memberi contoh latihan yang dapat meningkatkan kemampuan melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi. <b><i>Communication</i></b></li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mendampingi peserta didik bertanya kepada teman kelompoknya untuk meningkatkan pemahamannya mengenai aktivitas melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi.</li> <li>• Guru menjembatani Tanya jawab peserta didik. <b><i>Colaboration</i></b></li> <li>• Guru memberikan penguatan berdasarkan</li> </ul>	

	<p>informasi yang diperoleh dari hasil Tanya jawab. <b>Communication</b></p> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan arahan kepada peserta didik untuk membagi 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). <b>Gotong royong</b></li> <li>• Peserta didik berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Guru memfasilitasi peserta didik mencoba tugas variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional (<b>Kasti</b>) dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama. <b>Collaboration</b></li> <li>• Guru menjembatani peserta didik membuat deskripsi berdasarkan hasil praktik yang dilakukan. <b>Critical Thinking and Problem Solving</b></li> </ul> <p><b>Menalar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengarahkan peserta didik untuk menuliskan informasi yang diperoleh pada buku tugas. <b>Critical Thinking and Problem Solving</b></li> <li>• Guru membimbing peserta didik menyimpulkan informasi yang diperoleh kritis. <b>Creativity and Innovation</b></li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengarahkan peserta didik memaparkan kesimpulan di depan kelas dengan semangat. <b>Literasi</b></li> <li>• Guru member arahan peserta didik menanggapi pertanyaan yang diajukan oleh kelompok lain. <b>Collaboration</b></li> </ul>	
C. Kegiatan Penutup		
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru merefleksikan hasil pembelajaran tentang pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi. <b>Integritas</b></li> <li>• Guru melakukan evaluasi tentang pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi, serta menugaskan untuk mempelajari materi selanjutnya. <b>Critical Thinking and Problem Solving</b></li> <li>• Guru menginformasikan materi selanjutnya. <b>Communication</b></li> <li>• Peserta didik menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap <b>Disiplin, kerjasama,</b> dan</li> </ul>	

	<p><i>syukur</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengingatkan Peserta didik untuk merapikan dan mengumpulkan kembali alat pembelajaran .</li> <li>• Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin oleh guru</li> </ul>	
--	---	--

## I. Penilaian

### a. Teknik Penilaian

#### 1) Sikap

##### Penilaian Observasi

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

No	Nama Peserta didik	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 :

- Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:
  - 100 = Sangat Baik
  - 75 = Baik
  - 50 = Cukup
  - 25 = Kurang
- Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria =  $100 \times 4 = 400$
- Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai =  $275 : 4 = 68,75$
- 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)
- Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai

#### 2) Ketrampilan

##### Penilaian Unjuk Kerja

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

##### Instrumen Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	Sudah	Belum	keterangan
1	Mempraktikan variasi gerak			

No	Aspek yang Dinilai	Sudah	Belum	keterangan
	melambungkan bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi			
2	Mempraktikkan variasi gerak melempar bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi			
3	Mempraktikkan variasi gerak menangkap bola dari berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi			

**b. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

**Remidial**

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.

**Pengayaan**

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

Tegalwulung, September 2020

Mengetahui

Kepala SDN Tegalwulung 01

KISWORO, S.Pd.SD  
NIP. 19610330 198304 2 001

Guru Mata Pelajaran

MASIS FAOZAN, S.Pd  
NIP. -

## Catatan Kepala Sekolah :

.....

.....

.....

.....

.....

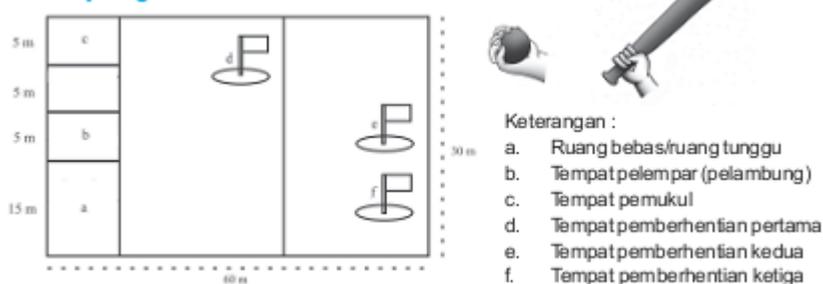
## Bahan Ajar

Pernahkah kamu bermain kasti? Permainan kasti termasuk permainan bolakecil. Permainan ini dilakukan secara beregu. Dalam permainan ini ketangkasan dan kekompakan tim sangat diutamakan untuk memenangkan permainan. Ada beberapa teknik dasar yang harus kamu kuasai dalam permainan kasti. Tahukah kamu, teknik-teknik dasar permainan kasti? Untuk itu ayo, pelajari materi berikut ini.

Permainan kasti mengutamakan ketangkasan dan kegembiraan untuk memenangkan permainan. Satu regu dituntut untuk bekerja sama dengan baik dan kompak. Permainan kasti ini akan diuraikan sebagai berikut.

Kasti adalah salah satu permainan bola kecil, permainan kasti termasuk salah satu permainan yang dimainkan oleh tim/regu. Permainan kasti mengutamakan ketangkasan dan kegembiraan untuk memenangkan permainan. Satu regu dituntut untuk bekerja sama dengan baik dan kompak. Aturan dan tata cara bermain kasti diajarkan secara umum, adapun alat-alat yang digunakan antara lain bolakecil, alat pemukul yang terbuat dari kayu, tempat penghentian (base) dan batas lapangan.

### 2. Lapangan dan Peralatan Kasti



Gambar 1.2 Lapangan permainan kasti dan peralatannya  
Sumber : Penerbit

Adapun teknik permainan kasti, adalah:

#### 1. Cara Melempar Bola

Untuk melakukan permainan kasti dengan baik dan benar, seorang pemain dituntut untuk dapat memegang bola dengan baik dan pandai melempar bola.

Beberapa cara melempar bola kasti, yakni lemparan melambung, lemparan lurus, dan lemparan mendatar.

##### a) Cara-cara memegang bola

Langkah-langkahnya, adalah:

- (1) bola dipegang dengan seluruh jari-jari tangan;
- (2) bola dipegang erat-erat agar tidak lepas;
- (3) jari-jari tangan terbuka menghadap ke atas.

##### b) Cara-cara melempar bola melambung

Lemparan melambung yang dimaksud di atas untuk mengoperkan bola kepada teman yang agak jauh jaraknya, lemparan ini digunakan oleh pelambung/pelempar, sebagai pelambung atau pelempar harus dapat melemparkan bola sesuai dengan permintaan pemukul.

Pelempar yang benar yakni posisi bola antara dada dan pusar.

Langkah-langkahnya, adalah:

- mula-mula berdiri menyamping (kaki kiri di depan dan kaki kanan dibelakang);
- kaki dibuka lebar (lutut kaki kiri diluruskan dan lutut kaki kanan dibengkokkan);
- tangan kanan memegang bola dan berada lurus di samping badan;
- tangan kiri berada di depan dan lurus sejajar bahu;
- pandangan lurus ke depan;
- bola dilemparkan dari atas kepala sehingga jalannya bola akan melambung tinggi;
- setelah bola dilemparkan, tangan mengikuti jalannya bola;

- gerakan melempar ini harus dilakukan berulang-ulang agar menjadi pemain yang terampil.

c) Cara melempar bola lurus dan mendarat

Lemparan lurus digunakan untuk melempar pelari/pemukul, arah bola dan kecepatannya harus benar-benar tepat. Sasaran yang dituju adalah punggung atau pantat. Dalam melempar bola yang diarahkan pada pemukul jangan terlalu keras karena sangat membahayakan.

Langkah-langkahnya, adalah:

- mula-mula berdiri menyamping (kaki kiri di depan dan kaki kanan berada dibelakang);
- kaki dibuka lebar (lutut kaki kiri dibengkokkan dan lutut kaki kanan diluruskan);
- tangan kanan memegang bola dan siku dibengkokkan 90 derajat;
- tangan kiri berada di depan dan lurus sejajar bahu;
- pandangan ke depan;
- bola dilemparkan sejajar dari kepala sehingga jalannya bola akan sejajar dengan dada;
- setelah bola dilemparkan, tangan mengikuti jalannya bola;
- gerakan melempar ini harus dilakukan berulang-ulang agar kita menjadi pemain yang terampil.

2. Di samping cara melempar bola, cara menangkap bola pun harus dikuasai oleh pemain. Cara menangkap bola kasti sangatlah bervariasi berdasarkan arah datangnya bola.

Cara menangkap bola kasti terdiri atas:

- (a) menangkap bola melambung tinggi;
- (b) menangkap bola mendarat (setinggi dada);
- (c) menangkap bola rendah (antara lutut dan pinggang);
- (d) menangkap bola di samping kiri/kanan badan;
- (e) menangkap bola bergulir di tanah.

Langkah-langkahnya, adalah:

- berdiri tegak, kedua kaki agak dibuka dan lutut sedikit ditekuk;
- badan dicondongkan ke depan;
- pandangan mata tertuju ke arah datangnya bola;
- siku agak dibengkokkan dan kedua tangan berada di depan dada;
- kedua telapak tangan serta jari-jarinya agak diregangkan dengan lemas;

- gerakan selanjutnya, ketika bola datang ke arah kita segera jemput bola dengan kedua belah tangan (tangkap);
- setelah bola berada di tangan/ditangkap tarik ke arah dada dan pegang erat-erat bola tersebut sehingga tidak lepas.