

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



(RPP)

Nama Sekolah : SDN JAGAKARSA 02
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : 4 / 1 Ganjil
Materi Pokok : Pencak Silat (Kombinasi sikap kuda-kuda dengan Pukulan depan)
Alokasi waktu : 1 x 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharap dapat memahami Kombinasi sikap kuda-kuda dengan pukulan depan serta mampu mempraktikkannya dengan sikap disiplin, tanggung jawab, dan dapat menerapkannya ke dalam kehidupan sehari-hari.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salamGuru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan apa tujuan yang akan dicapai dari kegiatan tersebut.Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doaGuru mengecek kehadiran peserta didikGuru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin pemanasan dan peregangan	2 Menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">Peserta didik mendengarkan penjelasan guru tentang macam-macam sikap kuda-kuda dalam pencak silat serta mengamati media gambar yang ditunjukkan oleh guru  <ul style="list-style-type: none">Peserta didik mendengarkan penjelasan guru tentang macam-macam pukulan dalam pencak silat serta mengamati media gambar yang ditunjukkan oleh  <ul style="list-style-type: none">Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh teman yang sudah bisa melakukan kegiatan kombinasi	6 Menit

	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik bertanya jawab tentang tahapan dalam melakukan gerakan kombinasi yang dicontohkan oleh teman. • Peserta didik bertanya jawab dengan guru tentang manfaat yang didapat mereka dalam mempelajari kombinasi gerak kuda-kudaan dengan pukulan depan dalam pencak silat. <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan gerakan yang telah dicontohkan oleh teman sekelasnya bersama kelompok. <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik diminta melakukan gerakan lain yang menggabungkan antara sikap kuda-kuda lain dengan pukulan depan pada pencak silat bersama kelompok. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menampilkan kombinasi gerakan yang didapat dalam diskusi dengan teman kelompoknya. 	
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Guru dan peserta didik menyimpulkan serta merefleksi materi pembelajaran yang telah dilakukan • Guru menyampaikan rencana pembelajaran untuk pertemuan berikutnya • Guru menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam. 	2 Menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian terhadap materi ini dilakukan dengan pengamatan sikap, tes pengetahuan dan keterampilan penilaian sebagai berikut :

1. Teknik Penilaian
 1. Nilai Proses Pembelajaran
 - a. Penilaian sikap

No.	Kegiatan	Aspek	Aspek yang dinilai	Deskripsi	Skor		
1	3.1.1 4.1.1	Sikap Sosial	Disiplin	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika, tiga kriteria disiplin terpenuhi (Mengikuti kegiatan sampai selesai, pakaian rapih dan sesuai ketentuan, datang tepat waktu) • Skor 2 jika, dua kriteria disiplin terpenuhi (Mengikuti kegiatan sampai selesai, pakaian rapih dan sesuai ketentuan) • Skor 1 jika, satu kriteria disiplin terpenuhi (Mengikuti kegiatan sampai selesai) 		
			Tanggung jawab.	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika, tiga kriteria tanggung jawab terpenuhi (menjalankan kegiatan dengan baik, menggunakan alat dengan baik, merapikan alat). • Skor 2 jika, dua kriteria tanggung jawab terpenuhi (menjalankan kegiatan dengan baik, menggunakan alat dengan baik) • Skor 1 jika, satu kriteria tanggung jawab terpenuhi (menjalankan kegiatan dengan baik) 		
Skor maksimal 6							

Perhitungan penilaian Skor + 4

- b. Penilaian keterampilan

NO	Aspek Penilaian	Indikator	3	2	1
1	Kaki	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika, gerakan kuda-kuda sesuai dengan apa yang telah dipelajari • Skor 2 jika, gerakan kuda-kuda mendekati kesesuaian dengan apa yang telah dipelajari • Skor 1 jika, gerakan kuda-kuda tidak sesuai dengan apa yang telah dipelajari 			
2	Gerakan Tangan	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika, gerakan pukulan depan sesuai dengan video pembelajaran • Skor 2 jika, gerakan pukulan depan mendekati kesesuaian dengan video pembelajaran • Skor 1 jika, gerakan pukulan depan tidak sesuai dengan video pembelajaran 			
	Tubuh	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika badan tegak • Skor 2 jika badan membungkuk • Skor 1 jika badan melengkung kebelakang 			

	Pandangan	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika pandangan ke arah pukulan atau depan • Skor 2 jika pandangan ke arah tujuan • Skor 1 jika pandangan ke arah lain 			
	Hasil akhir	<ul style="list-style-type: none"> • Skor 3 jika pukulan tepat menuju tujuan • Skor 2 jika pukulan $\leq 15^\circ$ dari tujuan • Skor 1 jika pukulan $\geq 15^\circ$ dari tujuan 			
Jumlah skor maksimal 15					

$$\text{Perhitungan penilaian} = \frac{\text{Skor}}{3} \times 2$$

2. Instrumen Penilaian Tugas Rumah

Instrumen Penilaian Tugas Rumah

No	Aspek yang Dinilai	Skor	Nilai
1.	Ketepatan jawaban.	0-25
2.	Kelengkapan jawaban.	0-25
3.	Hasil jawaban luas dan dalam.	0-25
4.	Menyelesaikan tugas secara mandiri.	0-25
Total		100

Mengetahui,
Ka. SDN Jagakarsa 02

Jakarta, Januari 2022
Guru PJOK

Hj. Mujiyatun, M.Pd
NIP. 196504211986032008

Aryadi Purnama, S. Pd
NIKKI. 1003930

Contoh soal pengetahuan

1. Sikap dasar dan langkah kuda-kuda yaitu ...
 - a. **Berdiri kangkang**
 - b. Berdiri kuda-kuda
 - c. Istirahat
 - d. Tegak
 - e. Melompat

2. Ada berapa jenis Kuda-kuda dalam pencak silat...
 - a. 2
 - b. 3
 - c. 7
 - d. **6**

3. Sasaran gerakan memukul lawan adalah ...
 - a. **Dada**
 - b. Pinggang
 - c. Punggung
 - d. Perut

4. Ada berapa jenis pukulan dalam pencak silat...
 - a. 1
 - b. 4
 - c. **5**
 - d. 6

5. Posisi menapak kaki untuk memperkokoh posisi tubuh disebut ...
 - a. Pukulan
 - b. **Kuda-kuda**
 - c. Elakan
 - d. Tinju