

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN TULUSREJO 1
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : IV (Empat) / 1
Materi Pembelajaran : Variasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit (4 JP)

A. KOMPETENSI INTI (KI)

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

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator
3.1 Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 Menganalisis variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif pada permainan sepak bola.
4.1 mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	4.1.1 mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif pada permainan sepak bola

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati video, peserta didik dapat menganalisis variasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola dengan benar

2. Setelah mengamati video, peserta didik dapat mempraktikkan variasi gerak dasar manipulatif menendang dan menghentikan bola secara berpasangan dalam jarak 5-7 meter.

D. Karakter siswa yang diharapkan : Religius

Kejujuran

Disiplin

E. Materi Pembelajaran

Variasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola

F. Metode dan Model Pembelajaran

Model Pembelajaran : Problem based learning

Metode Pembelajaran : Tanya Jawab, diskusi, demonstrasi

Pendekatan : *Saintifik* (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi / mencoba, mengasosiasi / mengolah informasi, dan mengkomunikasikan)

G. Media, Alat dan Sumber belajar

Media : Laptop, HP android

Alat : Pluit, cone, bola sepak (jika tidak ada boleh dengan bola plastik),

- Sumber belajar :
1. Simamora, Berton Supriadi. 2019. Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas IV Buku Guru. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud
 2. Simamora, Berton Supriadi. 2019. Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD/MI Kelas IV Buku Siswa. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud
 3. Tayangan Youtube <https://youtu.be/4y5YhyzSsl8>
 4. Dan referensi lainnya yang relevan

H. Langkah – langkah pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam dan mengajak peserta didik untuk berdoa sebelum pelajaran di mulai melalui percakapan grup whatsapp Religius ▪ Guru memeriksa kehadiran peserta didik dengan absensi secara daring ke 	15 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>https://forms.gle/pWLAfjZekZwZWNe8A Disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru menjelaskan tujuan , manfaat aktivitas permainan sepak bola untuk meningkatkan kebugaran jasmani melalui pesan suara di grup whatsapp Literasi ▪ Guru menjelaskan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan dirumah masing – masing melalui grup whatsapp. Communication 	
Inti	<p>Mengamati Melalui grup whatsapp Peserta didik diminta untuk :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik mengamati video menendang bola dan menghentikan bola yang dibagikan guru https://youtu.be/4y5YhyzSsl8 Literasi ▪ Peserta didik dibantu orang tua untuk membaca teks yang ada di buku tentang gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada permainan sepak bola di buku siswa halaman 3 ▪ Peserta didik juga ditugaskan mencari referensi lainnya melalui HP androidnya. Mandiri ▪ Peserta didik dibantu orang tua untuk menganalisa gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada permainan sepak bola Critical thinking <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ peserta didik difasilitasi untuk mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi menendang bola dan menghentikan bola yang sudah dilihat dalam video melalui grup whatsapp. Communication <p>Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Melalui grup whatsapp guru meminta peserta didik melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum melakukan gerakan menendang dan menghentikan bola dengan diawasi oleh orang tua. Communication 	105 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Siswa dibantu orang tua melakukan percobaangerakan seperti petunjuk di video youtube dan divideo lalu dikirimkan melalui https://forms.gle/tVANP3MvkRUzCohM6 <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Melalui grup whatsapp guru membagikan video gerakan yang benar dan salah ▪ Guru mengarahkan peserta didik untuk menuliskan tentang gerakan yang benar/salah di buku tugasnya. <i>Critical Thinking and Problem Solving</i> ▪ Guru memberikan contoh gerakan yang benar melalui video <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru mengarahkan peserta didik untuk mempraktikkan kembali gerakan menendang dan menghentikan bola sesuai petunjuk guru melauai video dan direkam dan hasilnya dikirim kembali Guru memberikan motivasi, saran dan masukan terhadap simpulan yang disampaikan peserta didik. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik membuat kesimpulan tentang pembelajaran gerakan menendang dan menghentikan bola dibantu dan dibimbing guru <i>Integritas</i> ▪ Peserta didik diberi soal pengetahuan. <i>Mandiri</i> ▪ Melaksanakan refleksi dengan mengajukan pertanyaan atau tanggapan peserta didik dari kegiatan yang telah dilaksanakan sebagai bahan masukan untuk perbaikan langkah selanjutnya . <i>Communication</i> ▪ Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya. ▪ Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam.. 	20 menit

I. Penilaian

1. Penilaian Sikap

No	Nama	Perubanan tingkah laku											
		Religius				Kejujuran				Disiplin			
		K	C	B	SB	K	C	B	SB	K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1												
2												
3												
dst												

Keterangan:

K (Kurang) : 1, C (Cukup) : 2, B (Baik) : 3, SB (Sangat Baik) : 4

2. Penilaian Pengetahuan

Teknik penilaian : tes tertulis,

Instrumen penilaian , yaitu soal soal pilihan ganda (5 butir)

1. Pada permainan bola besar, terdapat variasi gerak dasar lokomotor , nonlokomotor, dan manipulatif. Locomotor artinya ...

- berpindah tempat
- tidak berpindah tempat
- melibatkan benda di luar tubuh
- memakai alat

2. Variasi gerak dasar lokomotor dalam permainan sepak bola sebagai berikut.

- Melangkah dan berlari.
- Berjalan dan berlari.
- Berlari dan melompat.

3. Variasi gerak dasar nonlokomotor dalam permainan sepak bola sebagai berikut.

- Meliukkan badan dan mengayun lengan.
- Berdiri dan menarik kaki.
- Berdiri dan meliukkan badan.

4. Variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan sepak bola sebagai berikut.

- Menggelindingkan dan menendang bola.
- Menghentikan dan menendang bola.
- Menggiring dan menendang bola.

5. Variasi gerak lokomotor dalam permainan bola voli sebagai berikut.

- Berjalan dan melangkah ke depan.
- Berjalan dan melangkah mundur.
- Melangkah ke kanan dan kiri.

Kunci jawaban

1. a
2. c
3. b
4. c
5. a

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Penilaian}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

3. Penilaian Keterampilan

Rubrik unjuk kerja : melaukan gerakan menendang dan menahan bola

Kriteria	Baik sekali 4	Baik 3	Cukup 2	Perlu Pendampingan
Melakukan gerakan menendang bola yaitu menendang dengan kaki bagian dalam, menendang dengan kaki bagian luar, dan menendang dengan punggung kaki	Memenuhi 3 kriteria	Memenuhi 2 kriteria	Memenuhi 1 kriteria	Tidak memenuhi
Melakukan gerakan menahan bola yaitu dengan kaki bagian dalam, dengan telapak kaki, menggunakan punggung kaki	Memenuhi 3 kriteria	Memenuhi 2 kriteria	Memenuhi 1 kriteria	Tidak bisa menahan bola

Hasil penilaian mempraktikkan gerakan menendang dan menahan bola.

No	Nama siswa	Kriteria 1				Kriteria 2			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1	Udin								
2	Siti								
3	Beni								

Keterangan :

1. Baik sekali, 2. Baik, 3. Cukup, 4. Perlu pendampingan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Penilaian}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Mengetahui
Kepala Sekolah

Malang, 26 Juni 2020
Guru PJOK

DWI UTAMI, S.Pd.SD
NIP. 19710318 199502 2 002

RIA DEVI SULISTYORINI, S.Pd
NIP. 19870121 201902 2 002