

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 4 Kecitran
Kelas / Semester	: 3 /1
Tema	: Benda di Sekitarku (Tema 3)
Sub Tema	: Perubahan Wujud Benda (Sub Tema 3)
Muatan Terpadu	: PJOK (3.3, 4.3)
Materi	: Gerakan Menendang Bola
Pembelajaran ke	: 4
Alokasi waktu	: 1 hari

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan melakukan pemanasan sebelum olahraga, siswa dapat mengidentifikasi cara menendang bola dengan tepat.
2. Dengan melakukan praktik menendang bola, siswa dapat mempraktikkan cara menendang dengan tepat.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (Nasionalisme). 3. Pembiasaan membaca/menulis (Kegiatan literasi) 4. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan. 	15 menit
Kegiatan Inti	<p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan dilanjutkan dengan kegiatan di luar ruangan. • Siswa diminta menyebutkan peran yang ada pada permainan bola, beserta tugasnya. • Siswa mengamati apa yang terjadi jika salah satu peran tidak ada. • Guru menyampaikan kegiatan hari ini kita akan bermain bola, namun sebelumnya akan berlatih menendang terlebih dahulu. • Kegiatan akan diawali dengan pemanasan. Siswa membentuk lingkaran. Tiga orang siswa berada di tengah lingkaran. Siswa yang membentuk lingkaran berlari searah atau kebalikan jarum jam. Ketika guru berteriak "searah", maka kelompok yang membentuk lingkaran, berlari pelan searah jarum jam. Jika guru berteriak "berlawanan", maka kelompok yang membentuk lingkaran, berlari berlawanan arah jarum jam. • Siswa yang berdiri di tengah berusaha menembak atau menendang bola diarahkan ke siswa yang berlari. Siswa yang terkena bola pada bagian lutut ke bawah dianggap kalah dan permainan menggantikan posisi siswa yang mengengainya. Bola ditendang setelah mendengar bunyi peluit dari guru. (Gunakan bola plastik.) • Setelah pemanasan dilakukan, siswa mulai berlatih kembali teknik menendang. Ingatkan kembali bahwa ada dua cara menendang yaitu menendang dengan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar. • Siswa berbaris, satu siswa keluar dari barisan, menjadi penjaga gawang. Siswa di baris pertama menendang bola, berusaha memasukkan ke gol yang dijaga oleh penjaga gawang. Setiap siswa mendapatkan kesempatan dua kali menendang. Setelah itu, siswa yang sudah menendang mendapat giliran menjaga. Lalu, yang sebelumnya menjaga kembali ke barisan dan berbaris paling belakang, begitu seterusnya. • Guru mengamati saat siswa menendang. Siswa diberikan kesempatan satu putaran untuk mencoba. Setelah itu mulai mengambil nilai. • Setelah kegiatan selesai, siswa dapat mulai bermain bola kaki. Bagi menjadi dua kelompok dan mulailah permainan. • Setelah bermain bola selesai, siswa melakukan pendinginan dengan duduk membentuk lingkaran. <p>(Creativity and Innovation)</p>	140 menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan kesempatan pada siswa untuk menyatakan pendapatnya tentang kegiatan hari ini. • Guru mengingatkan untuk selalu bersyukur atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan atas kegiatan hari ini. • Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi • Salam dan doa penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	15 menit

C. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Penilaian Sikap

Penilaian sikap sesuai dengan petunjuk pemakaian Buku Guru.

2. Penilaian Keterampilan

1. Rubrik keterampilan menendang bola.

No	Kriteria	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
		4	3	2	1
1	Kemampuan menendang	Mampu menendang dengan menggunkan kaki bagaian dalam dan punggung kaki dengan gerakan yang benar.	Mampu menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam atau punggung kaki dengan gerakan yang benar.	Mampu menendang namun gerakan belum benar.	Belum mampu melakukan gerakan menendang.
2	Ketepatan sasaran menendang.	Mampu menendang ke satu sa sasaran dengan tepat mengunakan dua teknik tendangan.	Mampu menendang ke satu sasaran dengan tepat menggunakan satu teknik tendangan.	Mampu menendang ke satu sasaran tidak menggunakan teknik yang benar.	Belum mampu menendang ke sasaran dengan tepat.

D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 3 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 3 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Bola.
3. Baju Olahraga

Mengetahui
Kepala Sekolah,

SAGIYATUN, S.Pd.SD

NIP. 19650914 198806 2 010

Kecitran, 03 Januari 2022
Guru PJOK Kelas III

SUGIANTO, S.Pd

NIP. 19810907 200604 1 010