

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD Negeri Kenayan 2
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : IV (Empat) / 1
Tema : Kids Atletik
Tahun Pelajaran : Tahun 2021-2022
Alokasi Waktu : 10 Menit

KOMPETENSI DASAR (KD)

- 3.3 Menerapkan prosedur kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/ olahraga yang dimodifikasi dan/atau olahraga tradisional
3.4 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional;

INDIKATOR

- 3.3.1 Menjelaskan Kids Atletik sebagai salah satu bentuk permainan yang mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor.
3.3.2 Menjelaskan aturan permainan Kids Atletik.
4.3.1 Mempraktikkan Kids Atletik sebagai salah satu bentuk permainan yang mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor.

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan permainan Kids Atletik, siswa mampu menjelaskan aturan main dan manfaat permainan tersebut untuk melatih keterampilan pola gerak dasar lokomotor dengan tepat.
2. Dengan permainan Kids Atletik, siswa mampu mempraktikkan keterampilan pola gerak dasar lokomotor dengan mandiri.

B. Kegiatan Pembelajaran.

• Pembukaan(3 Menit)

1. Guru membariskan siswa menjadi 3 saf dan menyapa para siswa.

xxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxx
xxxxxxxxxxx

x guru

2. Guru mengajak siswa berdoa dengan dipimpin salah satu siswa.
3. Guru mempresensi siswa
4. Guru memberikan apersepsi mengenai materi yang akan diajarkan.
5. Siswa melakukan pemanasan

• Kegiatan Inti(5 Menit)

1. Guru menjelaskan aturan permainan kids atletik (mengamati)
2. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi gerak dasar teknik keterampilan pola gerak dasar nonlokomotor dan lokomotor kid atletik : sprint gawang, frog jump, lempar turbo, dan formula one (menanya)
3. Siswa yang mengangkat tanganya, diminta menjawab pertanyaan. (menalar) (mengkomunikasikan)
4. Siswa mempraktikkan permainan atletik yang pertama yaitu sprint / gawang (*kanga's escape*) secara bergantian dan tertib. (melakukan)
5. Siswa mempraktikkan permainan atletik yang kedua yaitu loncat katak (*Frog jump*) secara bergantian dan tertib.(melakukan)

• **Penutup(2 Menit)**

1. Peserta didik mencoba menyimpulkan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan
2. Guru mengamati seluruh hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran
3. Guru dan peserta didik melakukan refleksi pembelajaran yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Berdoa dan salam

C. PENILAIAN

1. Keterampilan siswa dalam melakukan permainan kids atletik dinilai menggunakan rubrik.

KRITERIA	Sangat baik	Baik	Cukup	Perlu Pendampingan
Sprint/gawang	Mampu mempraktikkan dengan baik dan benar	Mampu mempraktikkan cukup baik dan benar	Mampu mempraktikkan kurang baik dan benar	Belum mampu mempraktikkan Sprint / Gawang
Lompat katak/ Frog jump	Mampu mempraktikkan dengan baik dan benar	Mampu mempraktikkan cukup baik dan benar	Mampu mempraktikkan kurang baik dan benar	Belum mampu mempraktikkan lompat katak
Lempar turbo	Mampu mempraktikkan dengan baik dan benar	Mampu mempraktikkan cukup baik dan benar	Mampu mempraktikkan kurang baik dan benar	Belum mampu mempraktikkan lempar turbo
Formula one	mampu mempraktikkan dengan baik	Mampu mempraktikkan cukup baik dan	Mampu mempraktikkan kurang baik	Belum mampu mempraktikkan formula one

	dan benar	benar	dan benar	
--	-----------	-------	-----------	--

2. Penilaian kognitif

1. Apa nama Lain dari lompat katak?
2. Berapa kesempatan lemar turbo pada saat pertandingan kids atletik?
3. Gerakan apa saja yang yang muncul pada saat melakukan permainan formula or
4. Sebukan cabang-cabang kids atletik!

3. Penilaian Sikap

No	Nama Siswa	Aspek															Skor
		Percaya diri					Semangat					Santun					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1																	
2																	
3																	

NILAI AKHIR

No	Nama Siswa	Aspek			N.A
		Sikap	Pengetahuan	Keterampilan	
1					
2					
3					

Nilai Akhir = Nilai Sikap + Nilai Pengetahuan + Nilai Keterampilan

Mengetahui
Kepala Sekolah Dasar Kenayan 2

Tulungagung, 16 Juli 2021
Guru PJOK

KRISTINAWATI,S.Pd. M.M
NIP. 19641208 199202 2 001

YULIA CHRISNAWATI,S.Pd.
NIP. 19800617 200604 2023