

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

Satuan Pendidikan : **SD NEGERI 8 KOBA**  
Kelas / Semester : 6A / 1  
Pelajaran : **Sepak Bola**  
Sub Pelajaran : **Latihan Menembak Bola ke Gawang**  
Pertemuan : 6  
Alokasi waktu : 4 JP

## A. KOMPETENSI INTI

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

### Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
3.1	Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar/kecil sederhana dan atau tradisional*	3.1.1 Mengetahui konsep variasi pola gerak dasar manipulatif dalam permainan sepak bola
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar/kecil sederhana dan atau tradisional*	4.1.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar dalam permainan sepak bola

## C. TUJUAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan langkah gerakan latihan menembak bola ke gawang dalam permainan sepak bola dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan latihan menembak bola ke gawang dalam permainan sepak bola dengan lancar.

### Nilai Karakter

- Religius
- Mandiri
- Gotong royong
- Kejujuran
- Kerja keras
- Percaya diri
- Kerjasama

#### D. MATERI

Latihan menembak bola ke gawang dalam permainan sepak bola.

#### E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

#### F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa</li><li>2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal.</li><li>3. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li><li>4. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li><li>5. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas.</li><li>6. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</li></ol>	10 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>A. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa membaca dan mengamati bacaan dan gambar variasi lari dengan kombinasi menendang bola ke gawang pada halaman 15 Buku Siswa (<b>Literasi dan Mandiri</b>)</li><li>2. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang latihan menembak bola ke gawang dalam permainan sepak bola pada halaman 15 Buku Siswa .</li></ol> <p><b>B. Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan</li><li>2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami.</li></ol> <p><b>C. Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan latihan menembak bola ke gawang.</li><li>2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.</li><li>3. Melakukan pemanasan sebelum mempraktikkan gerakan variasi lari dengan kombinasi menendang bola ke gawang.</li><li>4. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara latihan menembak bola ke gawang dengan bimbingan guru.</li><li>5. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan</li><li>6. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.</li></ol> <p><b>D. Mencoba</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sebelum memulai kegiatan latihan menembak bola ke gawang, guru harus memberikan contoh gerakan teknik latihan menembak bola ke gawang setahap demi</li></ol>	40 menit

	<p>setahap sampai mahir.</p> <p>2. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas dua orang, kemudian praktikkan cara latihan menembak bola ke gawang secara bersama-sama.</p> <p><b>E. Mengkomunikasikan</b></p> <p>1. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan serta kesulitan yang dihadapi dalam mempraktikkan variasi lari dengan kombinasi menendang bola ke gawang bola secara lisan di depan teman dan guru.</p>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<p>1. Guru menjelaskan kesimpulan pentingnya latihan menembak bola ke gawang.</p> <p>2. Guru dan siswa bersama melakukan gerakan pendinginan.</p> <p>3. Salam dan do'a penutup.</p>	15 menit

### G. PENILAIAN

1. Penilaian Sikap (Pengamatan)
2. Penilaian Pengetahuan (Soal Uraian)
3. Penilaian Keterampilan (Praktik)

### H. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Referensi Guru Kelas 6 dan Buku Siswa Kelas 6 (Buku Semngat Berolahraga 2019, Cetakan ke 3 Tahun 2021 Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2019).
2. Bola, Cones, Gawang Mini dan Lapangan

#### Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Catatan Khusus :.....

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Koba, Oktober 2021  
Guru PJOK Kelas 6A ,

Sayrif Hidayat, S.Pd.SD  
NIP. 197203271993081001

Didik Setyawan  
NIP. 198602232011011006

# Teknik Penilaian Proses dan Hasil Belajar

## 1. Teknik Penilaian

- 1.1 Penilaian Sikap: Disiplin, Percaya Diri, Ingin Tahu (Pengamatan)
- 1.2 Penilaian Pengetahuan : Tertulis (LKS)
- 1.3 Penilaian Keterampilan: Unjuk Kerja (Praktik)

## 2. Bentuk Instrumen Penilaian

### 1. Instrumen Penilaian Sikap

#### a. Rubrik Penilaian Sikap

No.	Aspek yang dinilai	SKOR			
		1	2	3	4
1.	Disiplin				
2.	Percaya Diri				
3.	Ingin Tahu				

#### Format Penilaian

No.	Nama Siswa	Prilaku Yang Diharapkan												Jumlah Skor	Nilai Akhir
		Disiplin				Percaya Diri				Ingin Tahu					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.															
2.															
3.															

Berilah Tanda Centang (√) pada kolom yang sesuai.

#### b. Kriteria Penskoran

- BT : Belum Terlihat skor = 1
  - MT : Mulai Terlihat skor = 2
  - MB : Mulai Berkembang skor = 3
  - SM : Sudah Membudaya skor = 4
- Jumlah skor Maksimal = 12

c. Nilai Akhir = 
$$\frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

## 2. Instrumen Penilaian Pengetahuan

### a. Rubrik penilaian pengetahuan (soal isian).

No.	Butir Pertanyaan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Jelaskan langkah langkah menembah bola kearah gawang !				
2.	Tuliskan 2 akibat yang akan terjadi bila kedua gerakan berlari dan menendang tersebut digabungkan terhadap permainan tim sepak bola !				
3.	Menurut pendapatmu apa yang kamu rasakan apabila saat menendang ke arah gawang dikombinasikan dengan gerakan berjalan ?				

### Format Penilaian

No.	Nama Siswa	Kualitas Jawaban												Jumlah Skor	Nilai Akhir
		No.1				No.2				No.3					
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
1.															
2.															
3.															

Berilah Tanda Centang (√) pada kolom yang sesuai.

#### b. Kriteria Penskoran:

Skor 4 = Jika mampu menjawab dengan sangat tepat

Skor 3 = Jika mampu menjawab dengan tepat

Skor 2 = Jika mampu menjawab dengan cukup tepat

Skor 1 = Jika mampu menjawab dengan kurang tepat

Jumlah skor Maksimal = 12

#### Kunci Jawaban :

1. a. Berada dalam posisi siap berdiri
- b. Berlarilah kearah bola yang berjarak 5-7 langkah. Awali lari pelan sejauh 3 langkah. Kemudian berlari cepat kerah bola sejauh 4 langkah.
- c. Segera tendang bola kerah gawang
- d. Ualngi latihan ini berulang ulang
2. Pemain penyerang lebih mudah dalam mencetak gol serta memberikan kecepatan dan kekuatan terhadap bola yang ditendang
3. Kecepatan bola melambat dan pemain agak kesulitan dalam mencetak gol kerah gawang lawan, karena dalam menembak bola ke arah gawang diperlukan kekuatan tendangan dan kecepatan bola kerah gawang.

$$c. \text{ Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

### 3. Instrumen Penilaian Keterampilan

a. Rubrik Penilaian variasi lari dengan kombinasi menendang bola ke gawang bola

No.	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		4	3	2	1
1.	Sikap Badan				
2.	Arah Pandangan				
3.	Posisi kaki tendangan				

### Format Penilaian

No.	Nama Siswa	Kualitas Gerak												Jumlah Skor	Nilai Akhir
		Aspek 1				Aspek 2				Aspek 3					
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
1.															
2.															
3.															

Berilah Tanda Centang (√) pada kolom yang sesuai.

#### b. Kriteria Penskoran:

Skor 4 = Baik Sekali

Skor 3 = Baik

Skor 2 = Cukup

Skor 1 = Perlu Bimbingan

Jumlah skor Maksimal = 12

$$\text{c. Nilai Akhir} = \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

**Lembar Penilaian Sikap**  
**Variasi Lari Dengan Kombinasi Menendang Bola ke Gawang**

No.	Nama Siswa	Prilaku Yang Diharapkan												Jumlah Skor	Nilai Akhir	
		Disiplin				Percaya Diri				Ingin Tahu						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	ANGELICA REGINA PUTRI															
2	ARIZA															
3	ARYA ANDARA PRATAMA															
4	BASYIR AL-HAFIZH															
5	DEPARANO SYAHDIWA															
6	EDWAR DWI PRAYUDA															
7	FATON PELANI RIZKI															
8	JIBRAN															
9	LEHAN AMANSYAH															
10	M. IKHSAN DZUL IKHIRAM															
11	MUHAMMAD ZIKRI JAZAM															
12	MUTHIARA PUTRY ANANDA															
13	NORRYLZA ORVA TALITA															
14	OKTAVIA ANZANI															
15	PUTRA SYAHRUN FAJRI															
16	RAFKA GIANDRA															
17	RESTA KARTIKA															
18	REVALINA															
19	RHEYDAVI FAHREZA															
20	SHIFA ANDINI															
21																
22																
23																
24																
25																

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Koba, Oktober 2021  
Guru PJOK Kelas 6A ,

Sayrif Hidayat, S.Pd.SD  
NIP. 197203271993081001

Didik Setyawan  
NIP. 198602232011011006

**Lembar Penilaian Pengetahuan**  
**Variasi Lari Dengan Kombinasi Menendang Bola ke Gawang**

No.	Nama Siswa	Kualitas Jawaban												Jumlah Skor	Nilai Akhir		
		No.1				No.2				No.3							
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1				
1	ANGELICA REGINA PUTRI																
2	ARIZA																
3	ARYA ANDARA PRATAMA																
4	BASYIR AL-HAFIZH																
5	DEPARANO SYAHDIWA																
6	EDWAR DWI PRAYUDA																
7	FATON PELANI RIZKI																
8	JIBRAN																
9	LEHAN AMANSYAH																
10	M. IKHSAN DZUL IKHIRAM																
11	MUHAMMAD ZIKRI JAZAM																
12	MUTHIARA PUTRY ANANDA																
13	NORRYLZA ORVA TALITA																
14	OKTAVIA ANZANI																
15	PUTRA SYAHRUN FAJRI																
16	RAFKA GIANDRA																
17	RESTA KARTIKA																
18	REVALINA																
19	RHEYDAVI FAHREZA																
20	SHIFA ANDINI																
21																	
22																	
23																	
24																	
25																	

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Koba, Oktober 2021  
Guru PJOK Kelas 6A ,

Sayrif Hidayat, S.Pd.SD  
NIP. 197203271993081001

Didik Setyawan  
NIP. 198602232011011006

**Lembar Penilaian Keterampilan  
Variasi Lari Dengan Kombinasi Menendang Bola ke Gawang**

No.	Nama Siswa	Kualitas Gerak												Jumlah Skor	Nilai Akhir	
		Aspek 1				Aspek 2				Aspek 3						
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1			
1	ANGELICA REGINA PUTRI															
2	ARIZA															
3	ARYA ANDARA PRATAMA															
4	BASYIR AL-HAFIZH															
5	DEPARANO SYAHDIWA															
6	EDWAR DWI PRAYUDA															
7	FATON PELANI RIZKI															
8	JIBRAN															
9	LEHAN AMANSYAH															
10	M. IKHSAN DZUL IKHIRAM															
11	MUHAMMAD ZIKRI JAZAM															
12	MUTHIARA PUTRY ANANDA															
13	NORRYLZA ORVA TALITA															
14	OKTAVIA ANZANI															
15	PUTRA SYAHRUN FAJRI															
16	RAFKA GIANDRA															
17	RESTA KARTIKA															
18	REVALINA															
19	RHEYDAVI FAHREZA															
20	SHIFA ANDINI															
21																
22																
23																
24																
25																

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Koba, Oktober 2021  
Guru PJOK Kelas 6A ,

Sayrif Hidayat, S.Pd.SD  
NIP. 197203271993081001

Didik Setyawan  
NIP. 198602232011011006

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

Satuan Pendidikan : **SD NEGERI 8 Koba**  
Kelas / Semester : VI A /1  
Pelajaran : **Atletik (Lari Cepat)**  
Sub Pelajaran : **Start**  
Pertemuan : 1  
Alokasi waktu : 4 JP

### A. KOMPETENSI INTI

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

#### Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
3.3	Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	3.3.1 Menjelaskan konsep variasi kombinasi gerak dasar atletik lari, lompat melalui lari cepat.
4.3	Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	4.3.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar atletik lari melalui lari cepat.

### C. TUJUAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan gerakan *start* dalam olahraga atletik lari cepat dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan gerakan *start* dalam olahraga atletik lari cepat dengan lancar.

#### Nilai Karakter

- Religius
- Mandiri
- Gotong royong
- Kejujuran
- Kerja keras
- Percaya diri
- Kerjasama

### D. MATERI

Lari Cepat. (**Teknik Start**)

## E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan	: <i>Scientific</i>
Strategi	: <i>Cooperative Learning</i>
Metode	: Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

## F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa</li><li>2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. <b>(Menghargai kedisiplinan siswa/PPK).</b></li><li>3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita.</li><li>4. Pembiasaan membaca 15-20 menit di <b>Perpustakaan Sekolah SDN 8 Koba "Cemerlang"</b> dari buku Pengayaan Atletik. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan <b>kegiatan literasi</b> dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut:<ul style="list-style-type: none"><li>• Apa yang tergambar pada sampul buku.</li><li>• Apa judul buku</li><li>• Isi buku</li></ul></li><li>5. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</li><li>6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li><li>7. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas.</li><li>8. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</li></ol>	10 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>A. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang <b>start lari cepat</b> melalui gambar yang telah disiapkan.</li></ol> <p><b>B. Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan</li><li>2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. <b>(Critical Thinking and Problem Formulation)</b></li></ol> <p><b>C. Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan <b>start</b> lari cepat.</li><li>2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.</li><li>3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara <b>start</b> lari cepat dengan bimbingan guru</li><li>4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan</li><li>5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <b>(Creativity and Innovation)</b></li></ol> <p><b>D. Mencoba</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sebelum memulai kegiatan <b>start</b> lari cepat, guru harus mempelajari teknik <b>start</b> lari cepat setahap demi</li></ol>	150 menit

<b>Kegiatan Penutup</b>	<p>setahap sampai mahir.</p> <p>2. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas empat orang, kemudian praktikkan cara <i>start</i> lari cepat secara bersama-sama. <b>(Gotong Royong)</b></p> <p><b>E. Mengkomunikasikan</b></p> <p>1. Siswa menyampaikan teknik melakukan start secara lisan didepan kelas. <b>(Mandiri)</b></p> <p>2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru. <b>(Communication)</b></p> <p>1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.</p> <p>2. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga.</p> <p>3. Sebagai penutup, siswa diminta melakukan refleksi kegiatan yang sudah mereka lakukan sepanjang hari ini. <b>(Critical Thinking and Problem Solving)</b></p> <p>4. Salam dan do'a penutup. <b>(Religius)</b></p>	15 menit
-------------------------	--	-------------

#### F. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Kelas 6 dan Buku Siswa Kelas 6 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Buku Pengayaan Pembelajaran Atletik kelas 6 SD
3. Video/slide/gambar *start* lari cepat.

#### G. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja .

##### A. Teknik Star

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Posisi Start Lari	<p>1. Mampu mempraktekan teknik dengan baik</p> <p>2. Mampu mempraktekan teknik cukup baik.</p> <p>3. Mampu mempraktekan teknik kurang baik.</p>	Memenuhi kriteria 2	Memenuhi kriteria 3	Tidak memenuhi semua kriteria

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Koba, Oktober 2021  
Guru PJOK Kelas 6A ,

**Sayrif Hidayat, S.Pd.SD**  
NIP. 197203271993081001

**Didik Setyawan**  
NIP. 198602232011011006