

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SD Methodist Banda Aceh  
 Kelas / Semester : 4 / 1  
 Materi Pokok : Gerak Dasar Atletik  
 Materi : Lempar Turbo  
 Pembelajaran ke : 1  
 Alokasi waktu : 10 menit

**A. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi**

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator
3.3 Memahami prosedur variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/ olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	Menyebutkan materi gerakan lempar turbo sesuai dengan gambar dan peragaan .  Menjelaskan materi gerakan lempar turbo sesuai dengan gambar dan peragaan
4.3 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/ olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	Memperaktekan gerakan dasar lempar turbo  Mempraktekan dan mengamati variasi gerakan lempar turbo

**B. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- a. Setelah melakukan gerakan pada permainan sederhana, siswa dapat melakukan gerakan lempar turbo secara baik dan benar
- b. Dengan permainan sederhana, siswa dapat bekerjasama dengan teman.

**C. 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. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan.</li> <li>4. Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap</li> <li>5. Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti</li> </ol>	2 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b><u>Mengamati</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak materi pembelajaran lempar turbo dari guru</li> </ul> <p><b><u>Mencoba</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan rangkaian gerakan, awalan ,posisi tangan dan ayunan tangan saat melempar secara bergantian dan dilakukan berulang-ulang dilandasi nilai-nilai disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama melalui permainan turbo mini.</li> <li>• Siswa melakukan keterampilan dasar lempar turbo dengan permainan turbo mini. Berikut materi turbo mini :</li> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lemparan kedepan - Memperkenalkan turbo mini, tindakan keamanan dan pegangan.</li> <li>2. Lemparan dengan berdiri tanpa awalan dan dengan awalan Tujuan : untuk melempar dari posisi tanpa awalan melihat arah lengan lemparan dan dengan awalan melihat arah langkah kaki serta perbandingan gerak saat melakukan gerakan lemparan.</li> <li>3. Langkah. - Tujuan; untuk memperkenalkan penarikan turbo dan diimbangi awalan dengan irama 5 langkah.</li> <li>4. Siswa melakukan rangkaian lempar turbo dari awalan, lemparan dan gerak pemulihan</li> </ol> <p><b><u>Menanya</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berdiskusi dengan teman dan guru berkenaan dengan gerakan dan tentang menganalisis gerakan awalan, posisi tangan dan ayunan tangan saat melempar dalam pembelajaran lempar turbo dan bertanya kepada guru bila ada yang tidak dipahami;</li> <li>• Siswa mengidentifikasi gerakan, awalan, posisi tangan dan ayunan tangan saat melempar dalam pembelajaran lempar turbo dan mencatat beberapa hal untuk dijadikan masukan bagi kelompoknya. Mengasosiasi Menganalisis gerakan dasar lempar turbo dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan. (bersama kelompok) Mengkomunikasikan Menyampaikan hasil analisis gerakan lempar turbo melalui tanya jawab</li> </ul> </ul>	6 menit

	<p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menganalisis gerakan dasar lempar turbo dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan. (bersama kelompok)</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampaikan hasil analisis gerakan lempar turbo</li> </ul> <p><b>Mengevaluasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru Menyampaikan kembali kepada siswa gerakan tangan dan gerakan langkah kaki yang baik dan benar setelah melakukan kegiatan.</li> </ul>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.</li> <li>2. Peserta didik membuat kesimpulan dibantu dan dibimbing guru. Melaksanakan penilaian dan refleksi dengan mengajukan pertanyaan atau tanggapan peserta didik dari kegiatan yang telah dilaksanakan sebagai bahan masukan untuk perbaikan langkah selanjutnya.</li> <li>3. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dengan memberikan tugas baik secara individu maupun kelompok.</li> <li>4. Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya. Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam. <b>(Religius)</b></li> </ol>	2 menit

#### D. PENILAIAN

1. Pengamatan Sikap : (pengamatan dan rekaman sikap)
2. Penilaian Pengetahuan : (tes tulis, presentasi)
3. Penilaian Keterampilan : (praktek, unjuk kerja, membuat produk)

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 sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut

Mengetahui  
Kepala Sekolah Dasar Methodist  
Banda Aceh

Banda Aceh, 20.....  
Guru Penjasorkes

Henny, S. Pd,M. Pd  
NIP. 196909112007012032

Ichsan Setiawan, S, Pd  
NPTK.9039768669130203

