

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

Satuan Pendidikan : SD Negeri Cigombong
Kelas / Semester : 5 /1
Pelajaran : Bola Basket
Sub Pelajaran : Melempar Bola (chest pass)
Pertemuan : 1
Alokasi waktu : 10 menit

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	Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	3.1.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket .
4.1	Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	4.1.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket.

C. TUJUAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan teknik melempar bola basket *cheest pass* dalam permainan bola basket dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan melempar bola basket *cheest pass* dalam permainan bola basket dengan lancar.

D. MATERI

Teknik melempar bola *chest pass* dalam permainan bola basket.

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Scientific Learning
2. Model Pembelajaran : Tanya jawab, diskusi, Cooperative Learning, Demonstrasi, Discovery Learning (Pembelajaran Penemuan)

F. Media Pembelajaran

- Media LCD projector,
- Laptop,

- Bahan Tayang

G. Sumber belajar

- Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 5 Kurikulum 2013
- Buku Pegangan Siswa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 5 Kurikulum 2013
- Modul/bahan ajar,
- Internet,
- Sumber lain yang relevan

H. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa 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. (Menghargai kedisiplinan siswa/PPK). 3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita. 4. Pembiasaan membaca/menulis 15-20 menit dimulai dengan guru menceritakan tentang bola basket. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan kegiatan literasi dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang tergambar pada sampul buku. • Apa judul buku • Kira-kira ini menceritakan tentang apa • Pernahkan kamu membaca judul buku seperti ini 5. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak. 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini. 7. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. 	3 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang teknik melempar bola <i>chest pass</i> dalam permainan bola basket. (Mandiri) <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan 2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Communication) <p>C. Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan melempar bola <i>chest pass</i>. (Critical Thinking) 2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak. 3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan 	5 menit

Kegiatan Penutup	<p>memperagakan teknik melempar bola <i>chest pass</i> dengan bimbingan guru.</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>D. Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> Sebelum memulai kegiatan melempar bola <i>chest pass</i>, guru harus mempelajari teknik melempar bola <i>chest pass</i> setahap demi setahap sampai mahir. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas dua orang, kemudian praktikkan teknik melempar bola <i>chest pass</i> secara bersama-sama. (Collaboration, Creativity) <p>E. Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lesan kepada teman temanya. (Mandiri) Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lesan di depan teman dan guru. (Communication) 	2 menit
	<ol style="list-style-type: none"> Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan. Guru menjelaskan kesimpulan pentingnya melakukan olahraga. Guru menyampaikan tentang manfaat olahraga pada hari ini bagi tubuh. Salam dan do'a penutup. (Religius) 	

F. 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 .

- sikap (disiplin dan tanggung jawab) obsevasi

NO	SIKAP	KRITERIA				Keterangan
		Belum Terlihat	Mulai terlihat	Mulai Berkembang	Membudaya	
1	Disiplin					
2	Kerjasama					
3	Sportif					
4	Tanggung jawab					

Beri tanda centang (√) sesuai pencapaian siswa.

2. Keterampilan

Penilaian keterampilan

- Jenis/ teknik penilaian

Ujian praktik

- Instrumen penilaian

Mempraktekkan kombinasi gerak dasar melempar bola basket chest pass

No.	Aspek yang dinilai	Skor			
		1	2	3	4
1	Gerakan awal memegang bola				
2	Gerakan langkah				
3	Gerakan melepaskan bola				
4	Gerakan selanjutnya setelah bola di lempar				

3. Pedoman penskoran

Skor 4: Menguasai gerakan chest pass dengan baik dan benar

Skor 3: Menguasai 3 komponen gerak chest pass

Skor 2: Menguasai 2 komponen gerak chest pass

Skor 1: Menguasai 1 komponen gerak chest pass

3. Pengetahuan

Tes tertulis

Soal esai

- Sebutkan urutan gerakan dalam melempar bola basket chest pass

Mengetahui,
Kepala SDN CIGOMBONG

....., 20..
Guru Mapel PJOK

ANWAR SADAD, S.Pd.

SIGIT BUDI ANANTO, S.Pd.