

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**  
**PJOK**

Satuan Pendidikan : SDN 2 Rawa Laut  
 Kelas / Semester : 5 / 2  
 Pelajaran : 7  
 Tema : Langkah Dasar dan Ayunan Lengan dengan atau tanpa Musik  
 Sub Tema : Kombinasi Gerak Langkah dan Ayunan Lengan dengan atau tanpa Musik  
 Pertemuan : 1  
 Alokasi waktu : 10 menit

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN :**

1. Melalui kegiatan mengamati gambar/video dan diskusi kelompok, siswa mampu memahami kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan dengan atau tanpa musik dengan baik dan benar.
2. Melalui kegiatan mengamati gambar/video dan diskusi kelompok, Siswa mampu mempraktikkan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan dengan atau tanpa musik dengan baik dan benar.

**B. 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>(Religius dan Integritas)</b></li> <li>3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan manfaatnya bagi tercapainya cita-cita.</li> <li>4. Menyanyikan <b>salah satu lagu wajib dan atau nasional</b>. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat <b>Nasionalisme</b>.</li> <li>5. Mengulas sedikit materi yang telah disampaikan hari sebelumnya</li> <li>6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</li> <li>7. Guru menyampaikan kepada siswanya akan bermain di luar kelas</li> <li>8. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. <b>(Creativity and Innovation)</b></li> </ol>	2 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>A. Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati video/gambar tentang gerakan kombinasi langkah dan ayunan lengan dalam senam irama.</li> <li>2. Guru menjelaskan gerakan kombinasi langkah dan ayunan lengan dalam senam irama. <b>(Communication)</b></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 fahami. <b>(Critical Thinking and Problem Solving)</b></li> </ol> <p><b>C. Menalar</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membagi kelompok siswa</li> <li>2. Siswa diminta untuk berdiskusi dengan kelompoknya tentang kegiatan materi video/gambar yang sudah diberikan. <b>(Collaboration, Communication)</b></li> </ol> <p><b>D. Mencoba</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa ke lapangan</li> <li>2. Guru menunjuk kelompok siswa yang sudah siap untuk maju dan memperagakan cara melakukan kombinasi gerakan langkah dan ayunan dalam senam irama sesuai hasil diskusi kelompok dengan bimbingan guru. <b>(Creativity and Innovation)</b></li> <li>3. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan. <b>(Communication)</b></li> <li>4. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.</li> </ol>	6 menit

<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah kegiatan, guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.</li> <li>2. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga.</li> <li>3. Sebagai penutup, siswa diminta melakukan refleksi kegiatan yang sudah mereka lakukan sepanjang hari ini. (<i>Critical Thinking and Problem Solving</i>)</li> <li>4. Guru menyampaikan pesan moral hari ini dengan bijak</li> <li>5. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan <b>Nasionalisme, Persatuan, dan Toleransi.</b></li> <li>6. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (<b>Religius</b>)</li> </ol>	2 menit
-------------------------	--	------------

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN :

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 .

#### 1. Pengamatan Sikap

Lembar Observasi Penilaian Sikap Sosial

No	Nama Siswa	Jujur		Disiplin		Tanggung jawab		Santun		Peduli		Percaya Diri	
		BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB
1													
2													
3													
4													
Dst													

Ket :

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

#### 2. Penilaian Aspek Pengetahuan

Silahkan kerjakan penilaian pengetahuan (soal) sesuai petunjuk:

- a. Berdoalah sebelum mengerjakan soal!
- b. Kerjakan soal dengan jujur, cermat, teliti, dan mandiri!
  1. Sebutkan 2 macam gerakan langkah kaki aktivitas ritmik!
  2. Sebutkan 2 macam ayunan lengan dalam senam irama!
  3. Jelaskan cara melakukan langkah silang dalam senam irama!
  4. Apa yang dimaksud pemanasan, dan apa tujuannya?Kunci Jawaban

No	Kunci	Skor
1	Langkah tunggal dan langkah ganda	2
2	- ayunan lengan tunggal - ayunan lengan ganda	2
3	- Sikap awal berdiri tegak kedua tangan di pinggang dan badan rileks - Hitungan 1, silangkan kaki kanan ke samping kiri melalui depan kaki kanan - Hitungan 2, langkahkan kaki kanan ke samping kanan - Lakukan hitungan 1 dan hitungan 2 sampai mencapai 10 langkah - Selanjutnya lakukan gerakan ke arah kiri	3
4	Pemanasan yaitu gerakan awal sebelum melakukan kegiatan inti. Tujuannya untuk menyiapkan otot dan jantung agar bisa melakukan gerakan yang lebih sulit serta untuk menghindari dari cedera.	3
	Total Skor	10

#### Pedoman Penskoran

Pedoman penskoran apengetahuan menggunakan rumus

$$\text{NILAI} = \frac{\text{Jumlah skor} \times 100}{10}$$

### 3. Penilaian Keterampilan

Kriteria	Sangat Baik (86-100)	Baik (71-85)	Cukup (61-70)	Perlu Bimbingan ( $\leq 60$ )
Siswa dapat melakukan gerak langkah tunggal dan langkah ganda				
Siswa dapat melakukan gerak ayunan lengan tunggal dan ganda				
Siswa dapat mengkombinasikan gerak langkah dan ayunan lengan dalam senam irama				

### D. Remedial dan Pengayaan

#### 1. Remedial

Dari hasil evaluasi kegiatan penilaian harian, bagi siswa yang belum memahami materi secara baik diberikan proses ulasan dan pengulangan sehingga memiliki keterampilan dan pemahaman yang sesuai.

#### 2. Pengayaan

Apabila masih tersisa waktu, guru membahas kembali materi hari untuk menambah wawasan dan pemahaman siswa.

Catatan Guru

1. Masalah : .....
2. Ide Baru : .....
3. Momen Spesial : .....

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Bandar Lampung, Januari 2022  
Guru PJOK Kelas 5 ,

**Joko Purwanto, M.Pd**  
NIP. 19630506 198203 1 002

**Muhammad Ma'ful, S.Pd**  
NIP. 19800106 201407 1 001