

**2.3.2.2 PRODUK RPP**

**PPGDJ PENJAS UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Oleh :

**TRESNA KOMARA, S.Pd**

NO. PESERTA : 20021522010105

NIM : 2012720027

**PENDIDIKAN PROFESI GURU DALAM JABATAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2020**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

No. 13 (Daring)

Nama Satuan Pendidikan : SDN 1 Mandalajaya  
Mata Pelajaran/Tema : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VI / Ganjil  
Materi Pokok : Pencak Silat  
Alokasi Waktu : 2 x 30 Menit

### 1. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengamati video pembelajaran siswa dapat :

- 1) Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri pada pencak silat
- 2) Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri pada pencak silat

### 2. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

#### 2.1. Alat dan Bahan

##### 2.1.1. Alat :

HP android  
Aplikasi WhatsApp

##### 2.1.2. Bahan :

Video tentang materi pembelajaran (pukulan lurus)

<https://www.youtube.com/watch?v=hndHSnIG6f0>

Buku guru

Buku siswa

##### 2.1.3. Pertanyaan

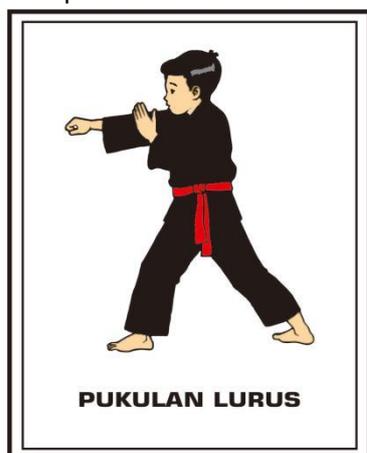
Lembar Kerja Peserta Didik.

#### 2.2. Siswa berlatih praktik pembelajaran

- 1) Guru menjelaskan pentingnya menjaga protokol kesehatan di masa Covid-19
- 2) Siswa memperhatikan tayangan video pembelajaran  
<https://www.youtube.com/watch?v=hndHSnIG6f0>
- 3) Siswa mempraktekan hasil pengamatan video yang di tayangkan

#### 2.3. Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok/individu

- 1) Setelah mengamati video siswa dapat mempresentasikan hasil pengamatannya
- 2) Setelah mempraktekan pembelajaran, siswa dapat melakukan gerakan pukulan lurus pada pencak silat



#### 2.4. Menyimpulkan dan Penilaian Pembelajaran

##### 2.4.1. Kesimpulan Pembelajaran

Setelah mempelajari dan mempraktekan pukulan lurus pada pencak silat, guru dan siswa merefleksikan kekurangan praktik pembelajaran

#### **2.4.2. Penilaian**

- 1) Penilaian Kognitif / Pengetahuan (Tes tulis melalui aplikasi Whatsapp)
- 2) Penilaian Afektif / Sikap (Pengamatan sikap)
- 3) Penilaian Psikomotor / Keterampilan (Tes praktek melalui video whatsapp)

Mandalajaya, September 2020

Mangetahui  
Kepala Sekolah

Guru Mata Pelajaran/Kelas

**Drs. FIRMANSAH, S.Pd**  
NIP. 19660104 200604 2 006

**TRESNA KOMARA, S.Pd**  
NIP. -

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

No. 14 (Daring)

Nama Satuan Pendidikan : SDN 1 Mandalajaya  
Mata Pelajaran/Tema : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VI / Ganjil  
Materi Pokok : Pencak Silat  
Alokasi Waktu : 2 x 30 Menit

### 1. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengamati video pembelajaran siswa dapat :

- 1) Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri pada pencak silat
- 2) Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri pada pencak silat

### 2. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

#### 2.1 Alat dan Bahan

##### 2.1.1 Alat :

HP android  
Aplikasi WhatsApp

##### 2.1.2 Bahan :

Video tentang materi pembelajaran (tangkisan dalam dan luar)

<https://www.youtube.com/watch?v=7PQYN6NLZtM>

Buku guru

Buku siswa

##### 2.1.3 Pertanyaan

Lembar Kerja Peserta Didik.

#### 2.2 Siswa berlatih praktik pembelajaran

- 1) Guru menjelaskan pentingnya menjaga protokol kesehatan di masa Covid-19
- 2) Siswa memperhatikan tayangan video pembelajaran  
<https://www.youtube.com/watch?v=7PQYN6NLZtM>
- 3) Siswa mempraktekan hasil pengamatan video yang di tayangkan

#### 2.3 Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok/individu

1. Setelah mengamati video siswa dapat mempresentasikan hasil pengamatannya
2. Setelah mempraktekan pembelajaran, siswa dapat melakukan gerakan tangkisan dalam dan luar pada pencak silat



**Tangkisan Dalam**

**Tangkisan luar**

#### 2.4 Menyimpulkan dan Penilaian Pembelajaran

##### 2.4.3. Kesimpulan Pembelajaran

Setelah mempelajari dan mempraktekan tangkisan dalam dan luar pada pencak silat, guru dan siswa merefleksikan kekurangan praktek pembelajaran

#### **2.4.4. Penilaian**

1. Penilaian Kognitif / Pengetahuan (Tes tulis melalui aplikasi Whatsapp)
2. Penilaian Afektif / Sikap (Pengamatan sikap)
3. Penilaian Psikomotor / Keterampilan (Tes praktek melalui video whatsapp)

Mandalajaya, September 2020

Mangetahui  
Kepala Sekolah

Guru Mata Pelajaran/Kelas

**Drs. FIRMANSAH, S.Pd**  
NIP. 19660104 200604 2 006

**TRESNA KOMARA, S.Pd**  
NIP. -

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

No. 15 (Daring)

Nama Satuan Pendidikan : **SDN 1 Mandalajaya**  
Mata Pelajaran/Tema : **Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**  
Kelas/Semester : **VI / Ganjil**  
Materi Pokok : **Pencak Silat**  
Alokasi Waktu : **2 x 30 Menit**

### 1. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengamati video pembelajaran siswa dapat :

- 1) Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri pada pencak silat
- 2) Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri pada pencak silat

### 2. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

#### 2.1 Alat dan Bahan

##### 2.1.1 Alat :

HP android  
Aplikasi WhatsApp

##### 2.1.2 Bahan :

Video tentang materi pembelajaran (tendangan lurus)  
<https://www.youtube.com/watch?v=i7mwUGvLAn8>  
Buku guru  
Buku siswa

##### 2.1.3 Pertanyaan

Lembar Kerja Peserta Didik.

#### 2.2 Siswa berlatih praktik pembelajaran

1. Guru menjelaskan pentingnya menjaga protokol kesehatan di masa Covid-19
2. Siswa memperhatikan tayangan video pembelajaran  
<https://www.youtube.com/watch?v=i7mwUGvLAn8>
3. Siswa mempraktekan hasil pengamatan video yang di tayangkan

#### 2.3 Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok/individu

- 1) Setelah mengamati video siswa dapat mempresentasikan hasil pengamatannya
- 2) Setelah mempraktekan pembelajaran, siswa dapat melakukan gerakan tendangan lurus pada pencak silat



*Tendangan Lurus Ke Depan*

#### 2.4 Menyimpulkan dan Penilaian Pembelajaran

##### 2.4.1 Kesimpulan Pembelajaran

Setelah mempelajari dan mempraktekan tendangan lurus pada pencak silat, guru dan siswa merefleksikan kekurangan praktek pembelajaran

## **2.4.2 Penilaian**

1. Penilaian Kognitif / Pengetahuan (Tes tulis melalui aplikasi Whatsapp)
2. Penilaian Afektif / Sikap (Pengamatan sikap)
3. Penilaian Psikomotor / Keterampilan (Tes praktek melalui video whatsapp)

Mandalajaya, September 2020

Mangetahui  
Kepala Sekolah

Guru Mata Pelajaran/Kelas

**Drs. FIRMANSAH, S.Pd**  
NIP. 19660104 200604 2 006

**TRESNA KOMARA, S.Pd**  
NIP. -