

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD Panca Budi Medan
Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : 1 /1
Materi : Gerak Dasar Lokomotor dalam permainan sederhana atau tradisional
Materi Pokok : Gerakan Berjalan, Berlari, dan Melompat
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 10 Menit

A. TUJUAN

- a. Siswa mempraktikkan secara berulang gerak dasar lokomotor berjalan, berlari, dan melompat sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dalam bentuk permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, keberanian, kerja sama, dan tanggung jawab.
- b. Siswa menjelaskan manfaat dari latihan gerak dasar lokomotor berjalan, berlari dan melompat dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional.

B. MEDIA, ALAT PEMBELAJARAN

- Tali / lakban (isolasi) / kapur tulis
- Corn (kerucut rintangan)
- PPT
- Pluit
- Video tentang materi pembelajaran
- Buku siswa
- Buku guru

C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan membaca doa (Orientasi)• Mengecek kehadiran peserta didik dengan mengabsen (Disiplin)• Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi)• Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi)	1 Menit

<p>Kegiatan Inti</p> <p>(Metode pembelajaran: ceramah, komando dan cooperative learning)</p>	<p>Langkah-langkah pembelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengamati – Peserta didik mengamati video tentang gerak dasar lokomotor berjalan, berlari, melompat yang ditayangkan oleh guru (<i>Creativity and innovation</i>) 2. Menanya – Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi gerak dasar lokomotor berjalan, berlari, melompat dari video yang ditayangkan oleh guru. (<i>Critical Thinking and problem solving</i>) 3. Menalar – Siswa mencoba berdiskusi dengan teman dan orang disekitar, (<i>Collaboration and communication</i>) 4. Mencoba – Siswa diberi kesempatan untuk melakukan gerakan pemanasan dan mempraktikkan gerak dasar lokomotor : <ul style="list-style-type: none"> ➤ berjalan (berjalan jinjit, berjalan mundur) ➤ berlari (berlari zig zag , bolak-balik) ➤ melompat (lompat satu kaki, lompat kodok) 5. Siswa dan guru melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang dilakukan 6. Mengkomunikasikan – Peserta didik menyampaikan kesimpulan dan kesan dari proses kegiatan hari ini secara lisan kepada guru dan teman-temannya (<i>Comunication</i>) 	<p>8 Menit</p>
<p>Kegiatan Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru dan siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan pembelajaran. 2. Sebagai penutup peserta didik melakukan gerakan pendinginan 3. Do'a penutup setelah melakukan kegiatan 	<p>1 Menit</p>

D. PENILAIAN

- a. Penilaian Afektif (Pengamatan sikap)
- b. Penilaian Kognitif (Tes tulis - bentuk soal melalui Quizizz / LKPD)
- c. Penilaian Keterampilan (Tes praktik - rubrik penilaian)

Mengetahui
Kepala Sekolah

Medan, 06 Januari 2022
Guru PJOK

Ronny Irwanto, S.S.
NUKS. 19023LO730760221173058

Syarifah Handayani, S.Pd.
NUPTK. 6452761663300023

E. LAMPIRAN

Rubrik Penilaian Afektif (Sikap)

No.	Nama Siswa	Disiplin	Aktif	Santun	Kerja sama	Nilai
1						
2						
3						

Keterangan :

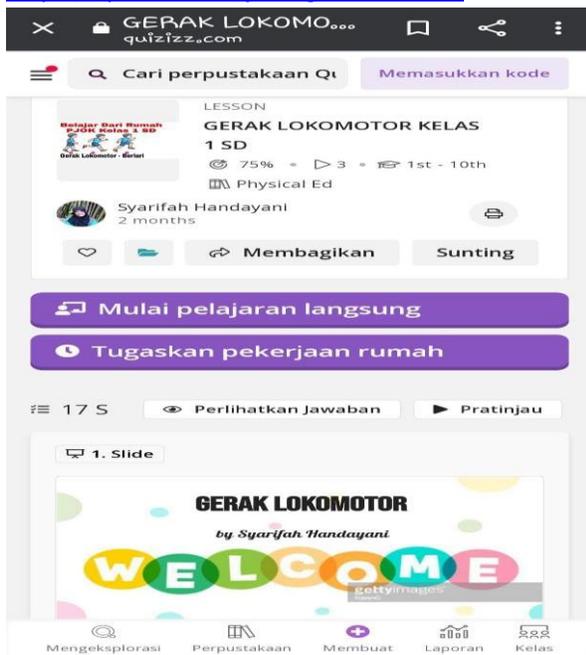
- 4 → A : selalu
 3 → B : sering
 2 → C : kadang-kadang
 1 → D : tidak pernah

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

Instrumen Penilaian Kognitif (Tes tulis - bentuk soal melalui Quizizz / LKPD)

<https://quizizz.com/join?gc=23344073>

<https://canva.com>



Rubrik Penilaian Psikomotorik (Test Praktik)

No.	Nama Siswa	Indikator Penilaian Gerak Dasar Locomotor			Total Skor
		Berjalan Mundur	Berlari Zig-zag	Lompat Kodok	
1					
2					
3					

Keterangan :

- 4 → A : Sangat Tepat
 3 → B : Tepat
 2 → C : Kurang tepat
 1 → D : tidak tepat

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