

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : SDN DUKUHDAMU 01  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : 1 / 1  
**Materi Pokok** : Gerak non-lokomotor (gerak menarik tanpa berpindah tempat)  
**Alokasi Waktu** : 1 x 10 menit (1 X Pertemuan)

<p><b>A. KOMPETENSI INTI</b></p> <p>KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca dan menanya) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.</p>	<p>KI 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.</p>
<p><b>B. KOMPETENSI DASAR</b></p> <p>3.2 Memahami gerak dasar non - lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.</p>	<p>4.2 Mempraktikkan gerak dasar non - lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.</p>
<p><b>C. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b></p> <p>3.2.1 Menjelaskan gerakan menarik tanpa berpindah tempat pada posisi berdiri berpasangan.</p> <p>3.2.2 Menjelaskan gerakan menarik tanpa berpindah tempat sambil duduk terlunjur berpasangan.</p> <p>3.2.3 Menjelaskan gerakan menarik tanpa berpindah tempat melalui permainan “tarik tambang”.</p>	<p>.</p> <p>4.2.1 Mempraktikkan gerakan menarik tanpa berpindah tempat pada posisi berdiri berpasangan.</p> <p>4.2.2 Mempraktikkan gerakan menarik tanpa berpindah tempat sambil duduk terlunjur berpasangan.</p> <p>4.2.3 Mempraktikkan gerakan menarik tanpa berpindah tempat melalui permainan “tarik tambang”.</p>

## **D. TUJUAN PEMBELAJARAN**

**Tujuan pembelajaran yang hendak dicapai adalah sebagai berikut:**

1. Peserta didik dapat menunjukkan sikap peduli, disiplin, dan kerjasama.
2. Peserta didik dapat menjelaskan gerakan menarik tanpa berpindah tempat pada posisi berdiri berpasangan dengan baik.
3. Peserta didik dapat menjelaskan gerakan menarik tanpa berpindah tempat sambil duduk terlunjur berpasangan dengan baik.
4. Peserta didik dapat mempraktikkan gerakan menarik tanpa berpindah tempat pada posisi berdiri berpasangan dengan baik.
5. Peserta didik dapat mempraktikkan gerakan menarik tanpa berpindah tempat sambil duduk terlunjur berpasangan dengan baik.

## **E. MATERI PEMBELAJARAN**

### **1. Materi Reguler**

**Gerak non – lokomotor :**

- a. gerakan menarik tanpa berpindah tempat pada posisi berdiri berpasangan.
- b. gerakan menarik tanpa berpindah tempat sambil duduk terlunjur berpasangan

### **2. Materi Pengayaan**

- siswa yang memiliki kemampuan lebih dari yang lain diberi tanggung jawab untuk membantu teman yang kurang mampu dalam kemampuan gerak (tutor sebaya).

### **3. Materi Remedial**

- Jika dalam proses pembelajaran ada siswa yang kurang mampu dalam melakukan gerakan atau materi yang diajarkan, maka akan dilakukan remedial dengan cara guru menugaskan siswa yang mempunyai kemampuan lebih dari yang lain untuk membantu siswa yang belum mampu tersebut, dengan dilakukan drill latihan materi yang diajarkan.

## **F. PENDEKATAN dan MODEL PEMBELAJARAN**

- Model pembelajaran : *Discovery learning*
- Pendekatan : Saintifik
- Metode : Ceramah, diskusi, tanya jawab, demonstrasi, penugasan

## **G. MEDIA dan ALAT PEMBELAJARAN**

1. Gambar
2. Kertas
3. Tali / karet

4. Peluit
5. Bola
6. Kun

## H. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan Pembelajaran	Waktu
<p><b>Kegiatan Pedahuluan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa berkumpul di lapangan dan berbaris dengan membentuk setengah lingkaran.</li> <li>2. Sebelum memulai kegiatan, salah satu siswa memimpin berdoa.</li> <li>3. Guru mengecek kehadiran siswa</li> <li>4. Guru memotivasi siswa dengan nyayi “kalau kau senang hati” dengan tepuk tangan agar mereka semangat mengikuti pembelajaran dan dilanjutkan dengan memberikan pengarahan tentang pendidikan karakter.</li> <li>5. Guru melakukan tanya jawab tentang materi yang akan diajarkan untuk menggali kemampuan awal siswa. (Apersepsi)</li> <li>6. Guru menjelaskan KD, IPK, tujuan yang akan dicapai</li> <li>7. Guru Menyampaikan cakupan materi gerak berirama.</li> <li>8. Guru mengajak siswa melakukan pemanasan               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pemanasan umum : Melakukan permainan kereta api.</li> <li>b. Pemanasan khusus : Melakukan permainan tangkap ekor. Guru membagikan potongan kertas kepada setiap siswa dan potongan kertas itu disimpan di celana bagian belakang sebagi ekor. Masing – masing siswa berusaha mengambil ekor milik temannya. Yang paling banyak mendapatkan ekor dia yang menang.</li> </ol> </li> </ol>	2 menit
<p><b>Kegiatan inti</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menjelaskan materi gerak menarik tanpa berpindah tempat dengan media gambar               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Gerak menarik berpasangan dengan satu tangan.</li> <li>b. Gerak menarik berpasangan dengan dua tangan.</li> <li>c. Gerak menarik berpasangan dengan duduk terlunjur</li> </ol> </li> <li>2. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya.</li> <li>3. Guru membagi siswa mejadi 7 kelompok.</li> <li>4. Guru memberikan Lembar Kerja kepada masing – masing kelompok.</li> <li>5. Setelah mendengarkan penjelasan dari guru dan mengamati gambar , serta menanyakan materi yang belum jelas, siswa berdiskusi dan mencoba mempraktikkan</li> </ol>	6 menit

<p>gerak menarik tanpa berpindah tempat di kelompok masing - masing. Salah satu siswa mengamati gerakan yang dilakukan oleh temannya dan ditulis dalam lembar kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Selama diskusi berlangsung, siswa boleh bertanya kepada guru, jika ada gerakan yang belum jelas.</li> <li>7. Selama siswa berdiskusi, guru mengambil nilai proses belajar siswa dengan pengamatan langsung kegiatan siswa.</li> <li>8. Setelah berdiskusi, siswa menyimpulkan hasil diskusi dan ditulis di lembar kerja siswa.</li> <li>9. Setelah menyimpulkan hasil diskusi, salah satu siswa dari masing – masing kelompok menyampaikan hasil diskusi di depan guru dan teman – temannya.</li> <li>10. Setelah siswa selesai menyampaikan hasil diskusi, guru memberikan masukan terkait hasil diskusi siswa.</li> </ol>	
<p><b>Kegiatan penutupan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pendinginan</li> <li>2. Melakukan <b>refleksi</b> terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.</li> <li>3. Ucapan terima kasih telah mengikuti pelajaran dengan tertib.</li> <li>4. Mengakhiri pertemuan dengan berdoa bersama.</li> <li>5. Mempersilahkan siswa untuk berganti baju dengan tertib untuk mengikuti pembelajaran selanjutnya.</li> </ol>	2 menit

## I. Sumber Belajar

- Buku guru Tematik Terpadu Kurikulum 2013 kelas 1 Tema 2 “Kegemaranku”.
- Buku guru Tematik Terpadu Kurikulum 2013 kelas 1 Tema 2 “Kegemaranku”.
- Buku siswa Tematik Terpadu Kurikulum 2013 kelas 1 Tema 2 “Kegemaranku”.
- Browsing internet :
  1. idntimes.com , 06 September 2019 pukul 10.45.
  2. made-blog.com, 06 September 2019 pukul 10.53.
  3. Seputarpengertian.blogspot.com, 09 September 11.09

## J. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

### 1. Teknik Penilaian

Teknik Penilaian: pengamatan, Tes praktik dan tes lisan

No.	Aspek yang dinilai	Teknik Penilaian	Waktu Penilaian
1.	Sikap Terlampir dalam instrumen penilaian sikap.	Pengamatan	Selama pembelajaran (latihan, praktik dan bermain) dan saat diskusi

2.	Pengetahuan	Penugasan dalam tes lisan	Pengamatan proses pelaksanaan pembelajaran
3.	Keterampilan melakukan praktik kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan dalam aktivitas gerak berirama	Pengamatan dan tes praktik	Saat Pembelajaran dan saat Tes Praktik

**a. Tes Sikap (Afektif)**

No.	Nama Peserta Didik	Aspek Sikap Yang Dinilai				Jumlah skor	Nilai
		Kerja sama	keaktifan	peduli	Disiplin		
1.							
2.							
3.							
dst							
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 16</b>							

Pada kolom aspek sikap diisi dengan nilai antara 1 – 4 .

Rubrik penilaian:

1. Apabila peserta didik belum memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator.
2. Apabila sudah memperlihatkan perilaku tetapi belum konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
3. Apabila sudah memperlihatkan perilaku dan sudah konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
4. Apabila sudah memperlihatkan perilaku kebiasaan yang dinyatakan dalam indikator.

**Catatan :**

Penguasaan nilai disesuaikan dengan karakter yang diinginkan.

Rentang Skor = Skor Maksimal – Skor Minimal

$$= 16 - 4$$

$$= 12$$

<b>MK =</b>	<b>14 - 16</b>
<b>MB =</b>	<b>11 - 13</b>
<b>MT =</b>	<b>8 - 10</b>
<b>BT =</b>	<b>4-7</b>

Keterangan:

BT	
----	--

MT	Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda- tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten).
MB	Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai
MK	Mulai membudaya/terbiasa (apabila peserta didik terus-menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten).

**b. Tes Pengetahuan (Kognitif)**

A. Jawablah pertanyaan – pertanyaan di bawah ini dengan benar !

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan gerak non-lokomotor?
2. Jelaskan cara melakukan gerak menarik tanpa berpindah tempat dan berikan contohnya!

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Kognitif = ----- X 100

Jumlah skor maksimal

**c. Tes keterampilan (Psikomotor)**

Siswa mempraktekkan:

1. Gerak menarik tanpa berpindah tempat dengan posisi berdiri.
2. Gerak menarik tanpa berpindah tempat dengan posisi duduk terlunjur.
3. Tarik tambang berkelompok.

Kriteria	Baik sekali (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu pendampingan (1)
Melakukan gerakan menarik tanpa berpindah tempat (posisi berdiri)	Melakukan kedua gerakan (menarik dan tidak berpindah) tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Melakukan hanya salah satu gerakan dengan tepat	Belum mampu melakukan kedua gerakan
Melakukan gerakan menarik tanpa berpindah tempat (posisi duduk terlunjur)	Melakukan kedua gerakan (menarik dan tidak berpindah) tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Melakukan hanya salah satu gerakan dengan tepat	Belum mampu melakukan kedua gerakan

Melakukan gerakan tarik tambang	Melakukan kedua gerakan (menarik dan tidak berpindah) tanpa intervensi guru	Melakukan gerakan dengan intervensi minimal	Melakukan hanya salah satu gerakan dengan tepat	Belum mampu melakukan kedua gerakan
---------------------------------	---	---	---	-------------------------------------

Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian Proses = ----- x 100

Jumlah skor maksimal

Dukuhdamu, 16 Juli 2021

Guru Mapel

**LUTFI IKA DEWI**