

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN P J O K

**Satuan Pendidikan** : SD NEGERI 2 KEDUNGSIGIT  
**Kelas/Semester** : V ( LIMA ) / I  
**Pembelajaran** : PELAJARAN I. Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola Besar  
**Materi Pokok** : Permainan Bola Besar ( Sepak Bola )  
**Alokasi Waktu** : Pertemuan ke 1 ( 4 x 35 menit )

KOMPETENSI INTI (KI)	
KI 3	Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
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.

KOMPETENSI DASAR		INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	
3.1	Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar/bola kecil sederhana dan atau tradisional*	3.1.1	Menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola
4.1	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar/bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.1.1	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran, siswa diharapkan mampu :

1. Menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola
2. Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola

### B. METODE PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

1. Metode Pembelajaran : Demonstrasi, permainan dan simulasi
2. Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa Aktif Berolahraga : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas V SD/MI / Berton Supriadi Simamora. -- Jakarta : Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud, 2019. Kelas 5 Halaman 1 s/d 11

### C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

<p><b><u>KEGIATAN PENDAHULUAN ( 15 Menit )</u></b></p> <p>→ Pembelajaran dibuka dengan ucapan salam lalu menanyakan kabar            → Salah satu peserta didik diminta memimpin do'a            → Guru melakukan presensi / mengecek kehadiran peserta didik            → Guru memberikan motivasi kepada siswa dan menjelaskan tujuan pembelajaran materi kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola</p>
<p><b><u>KEGIATAN INTI ( 100 Menit )</u></b></p> <p>→ Guru memandu peserta didik membaca buku siswa dan buku pendukung serta mengarahkan siswa dalam diskusi kelompok            → Kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola antara lain :            1. Kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif dalam gerakan menendang bola :              - berlari dan mengoper bola              - berlari dan menendang bola ke arah gawang            2. Kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif dalam gerakan menggiring bola              - berlari dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam              - berlari dan menggiring bola dengan punggung kaki</p>

- Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang materi pembelajaran yang belum di pahami
- Siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola
- Guru memfasilitasi siswa dalam mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola
- Siswa mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola (kombinasi gerakan berlari dan mengoper bola, berlari dan menendang bola ke arah gawang, berlari dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam serta berlari dan menggiring bola dengan punggung kaki ) dengan teknik yang benar

#### **KEGIATAN PENUTUP ( 25 Menit )**

- Siswa menjawab pertanyaan kognitif yang di berikan guru tentang kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan sepak bola
- Guru memberikan refleksi dan motivasi kepada siswa, serta menyampaikan rencana pembelajaran berikutnya
- Guru menutup pelajaran dengan mengucapkan salam

#### **D. PENILAIAN PEMBELAJARAN**

1. Penilaian Sikap : observasi selama kegiatan
2. Penilaian Pengetahuan : menggunakan tes tulis
  - menjelaskan kombinasi gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam gerakan menendang bola
  - menjelaskan kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif dalam gerakan menggiring bola
3. Penilaian Keterampilan : unjuk kerja atau tes praktik
  - mempraktekkan kombinasi gerakan berlari dan mengoper bola, berlari dan menendang bola ke arah gawang, berlari dan menggiring bola dengan kaki bagian dalam serta berlari dan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki dengan teknik yang benar
4. Remedial : penugasan diberikan kepada siswa yang belum cukup mencapai KKM ( Kriteria Ketuntasan Minimal ).  
Bentuk remedial berdasarkan tingkat kemampuan pengetahuan dan keterampilan secara individu

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Karangan, 28 Juli 2021  
Guru PJOK

**MULYANI, S.Pd.M.M.Pd**  
NIP. 19651128 199201 1 002

**NAHAR ROJIKIN, S.Pd**  
NIP. 19810522 200903 1 003