

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SD Negeri Krubungan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas / Semester : VI (Enam) / I (Satu)
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (sepak bola)
Pertemuan ke : 1 (satu)
Alokasi Waktu : 1 kali pertemuan/ 140 menit (4 x 35 Menit)
Tanggal Pelaksanaan :

A. KOMPETENSI INTI

- KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 : Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dan keberanian dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
- 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.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	3.2.1. Mengemukakan gerakan berlari mengejar bola ke berbagai arah dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar). 3.2.2. Mengemukakan gerakan ayunan lengan dalam berbagai posisi untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola ke sasaran). 3.2.3. Mengemukakan gerakan melempar ke arah target/ sasaran dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda). 3.2.4. Mengemukakan gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon) 3.2.5. Mengemukakan perpaduan gerakan dalam rangka mencetak angka/poin yang dilakukan dengan berlari yang diteruskan dengan lemparan dan tangkapan dalam permainan lemhari (lempar ke arah simpai).

<p>4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*</p>	<p>4.2.1. Mendemonstrasikan gerakan berlari mengejar bola ke berbagai arah dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar).</p> <p>4.2.2. Mendemonstrasikan gerakan ayunan lengan dalam berbagai posisi untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola ke sasaran).</p> <p>4.2.3. Mendemonstrasikan gerakan melempar ke arah target/ sasaran dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda).</p> <p>4.2.4. Mendemonstrasikan gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon)</p> <p>4.2.5. Mendemonstrasikan perpaduan gerakan mencetak angka/poin yang dilakukan dengan berlari yang diteruskan dengan lemparan dan tangkapan dalam permainan lemhari (lempar ke arah simpai).</p>
--	---

C. FOKUS PENGUATAN PENDIDIKAN KARAKTER

1. Percaya diri
2. Disiplin
3. Keberanian

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

KI3 :

Setelah disajikan kegiatan permainan bola kecil secara disiplin, maka siswa mampu:

1. Mengemukakan gerakan berlari mengejar bola ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)
2. Mengemukakan gerakan ayunan lengan dalam berbagai posisi untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)
3. Mengemukakan gerakan melemparkan benda ke arah sasaran atau target hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)
4. Mengemukakan gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan permainan lemkebo (lempar kejar balon)
5. Mengemukakan proses pelaksanaan perpaduan gerakan mencetak angka/ poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemhari (lempar ke arah simpai).

KI 4:

Setelah mempraktikkan permainan bola kecil dengan penuh percaya diri disertai dengan keberanian, maka siswa mampu:

1. Mempraktikkan gerakan berlari ke berbagai arah dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)
2. Mempraktikkan gerakan ayunan lengan dalam berbagai posisi dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)
3. Mempraktikkan gerakan memlemparkan benda ke arah sasaran hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)
4. Mempraktikkan gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon).
5. Mempraktikkan perpaduan gerakan mencetak angka/ poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemhari (lempar ke arah simpai).

E. MATERI PEMBELAJARAN

1. MATERI PEMBELAJARAN REGULER

Permainan bola kecil yang didalamnya terdapat berbagai aktivitas atau kegiatan berupa gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif.

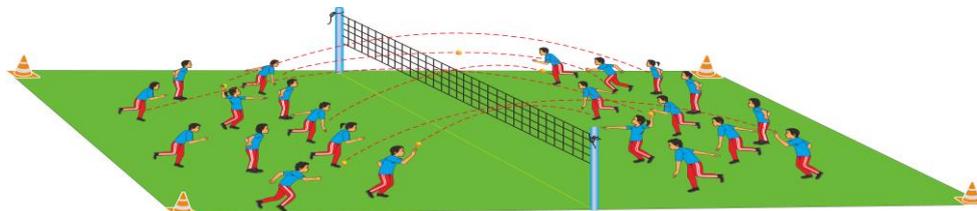
a. Permainan Pantul Bola dan Kejar (Pantoker)

Permainan pantul bola dan kejar yang dilakukan siswa dengan memantulkan bola berekor/ balon yang diisi dengan air dan ujungnya diikat dengan tali plastik.



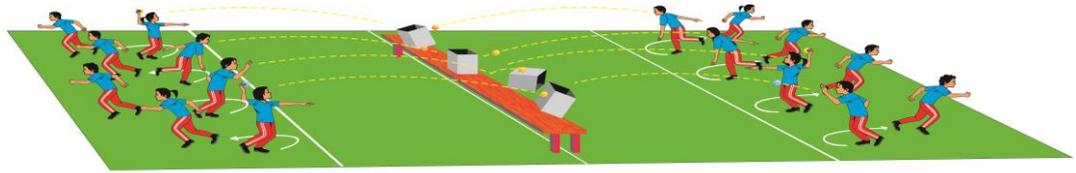
b. Permainan Lempar Bola Sasaran (Lebosaran)

Permainan lempar sasaran lawan merupakan permainan kelompok yang dilakukan oleh 2 tim dengan sasaran tubuh lawan bagian bawah.



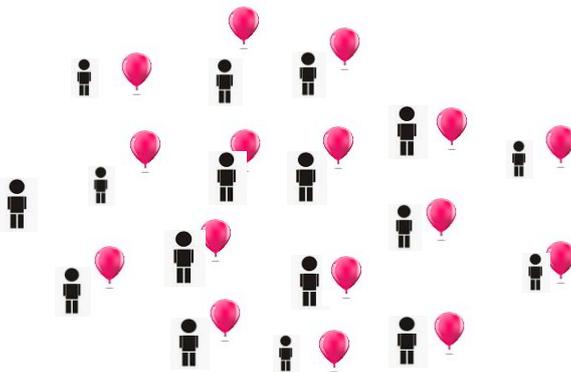
c. Permainan Lempar Menjatuhkan Benda (Lemtunda)

Permainan lempar menjatuhkan benda dilakukan dengan melemparkan benda ke arah sasaran yang berupa kardus/ kotak sejenis yang ditempatkan pada jarak tertentu.



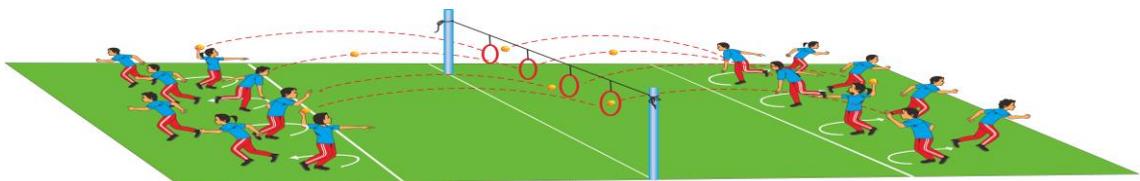
d. Permainan Lempar Kejar Balon (Lemkebo)

Permainan lempar kejar balon merupakan permainan yang dilakukan dengan mengejar dan menangkap balon yang diterbangkan.



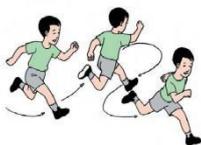
e. Permainan Lempar ke Arah Simpai (Lemkari)

Permainan lempar bola ke arah simpai dilakukan berkelompok dengan melemparkan benda lain ke arah sasaran yang berupa simpai/ yang digantungkan.



Dalam permainan bola kecil tersebut terdapat berbagai gerak dasar lokomotor dalam bentuk gerakan berlari, gerak dasar non-lokomotor dalam bentuk gerakan mengayunkan lengan, dan gerakan manipulatif dalam bentuk gerakan melempar dan menangkap.

Berlari



Mengayun



Melempar



Menangkap



2. MATERI PEMBELAJARAN REMEDIAL

Misalnya, melakukan rangkaian gerakan berjalan yang diteruskan dengan melempar dan menangkap bola dengan sasaran keranjang modifikasi dalam bentuk tempat sampah yang lebar dengan ketinggian yang lebih rendah.

3. MATERI PEMBELAJARAN PENGAYAAN

Misalnya, melakukan rangkaian gerakan belari yang diteruskan dengan melemparkan bola ke arah benda bola yang lebih besar (bola sepak/ bola voli/ bola basket) dan menangkapnya untuk bisa bola tersebut ke arah lawan.

F. METODE PEMBELAJARAN

Pendekatan : Saintifik (*Scientific*)

G. MEDIA, BAHAN/ALAT DAN FASILITAS PEMBELAJARAN

1. Media

- a. Poster asyiknya berolahraga.
- b. Video pembelajaran yang pertama berjudul video pembelajaran permainan lempar bola sasaran, lempar ke arah simpai, dan lempar menjatuhkan benda yang diproduksi dan disutradarai oleh M. Arief W.
- c. Gambar-gambar permainan lempar pantul bola, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai.

2. Alat dan Fasilitas (sarana dan prasarana)

- a. *Cones*
- b. Tiang kayu/ bambu/ pralon
- c. Net/ jaring pembatas
- d. Bola tenis
- e. Tali rafia/ tali plastik
- f. Hula hoop
- g. Balon karet
- h. Bangku kayu panjang
- i. Kardus/ Kotak kertas sejenis
- j. Keranjang atau tempat sampah
- k. Laptop/ PC komputer
- l. LCD Projector
- m. Lapangan / Halaman

H. SUMBER BELAJAR

1. Buku Referensi Utama

- a. Aji Arifin & Agung Budi Raharjo. 2017. Buku Guru Kurikulum 2013. Surakarta. CV Mediatama.

- b. Aji Arifin & Agung Budi Raharjo. 2017. Buku Siswa Kurikulum 2013. Surakarta. CV Mediatama.

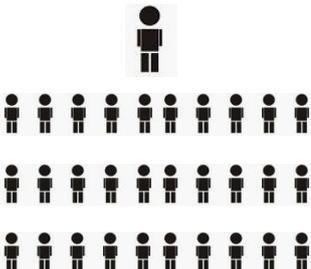
2. Buku Referensi Penunjang

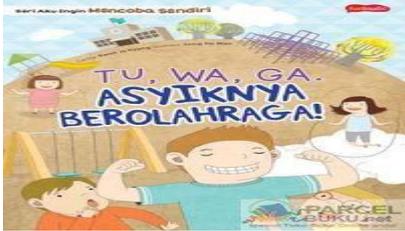
- a. Vincentius Endy Santosa & Iin Mendah Mulyani. 2008. 100 Permainan Kreatif untuk Outbond & Training. Yogyakarta. Penerbit Andi.
- b. Muksin. 2009. *Outbond for Kids* (Kumpulan Permainan Kreatif dan Komunikatif). Yogyakarta. Cosmics Books.
- c. Nora Regina. 2009. 120 Permainan Kreatif untuk Menggali Kecerdasan Anak. Jakarta. PT Buku Kita.
- d. Andang Ismail. 2009. *Education Games* (Pandungan Praktis Permainan yang Menjadikan Anak Anda Cerdas, Kreatif, dan Saleh). Yogyakarta: Pro-U Media.

3. Sumber Belajar Lainnya

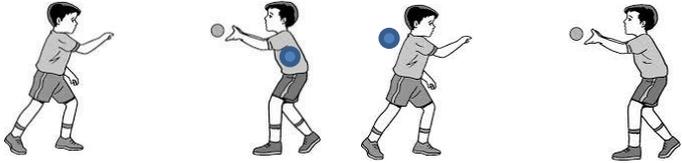
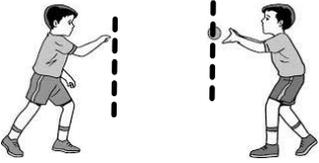
- a. <http://dinarwidyaningrum.blogspot.com/2012/11/gerak-dasar-jalanlariloncatlompatmemuta.html>
- b. <http://www.mikirbae.com/2017/01/teknik-dan-gerakan-lari-jarak-pendek.html>
- c. <https://www.ilmuwiki.com/2018/03/pengertian-teknik-dasar-langkah-langkah.html>

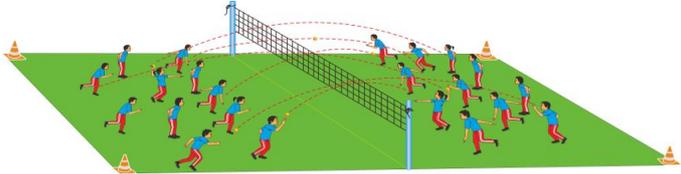
I. LANGKAH – LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

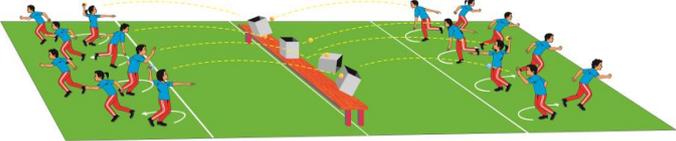
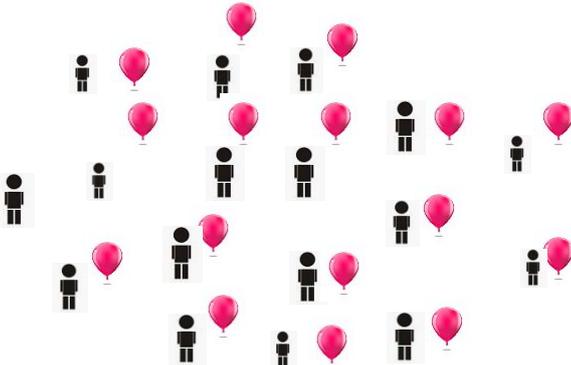
Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> Siswa di bariskan menjadi 3 barisan  <ul style="list-style-type: none"> Siswa dan guru saling mmeberikan salam dan dilanjutkan dengan berdoa secara bersama-sama berdoa menurut keyakinan masing-masing Guru melakukan komunikasi tentang menanyakan kondisi kesehatan siswa dengan menanyakan kabar, presensi kehadiran siswa. Siswa diberikan apersepsi dengan mengaitkan materi yang telah dipelajari pada pertemuan, misalnya materi permainan bola beracun atau permainan tradisional yang telah dipelajari sebelumnya atau menyampaikan cerita singkat lempar mangga (dengan harapan menarik minat siswa dan memberikan gambaran tentang materi yang akan di ajarkan). 	10 menit	

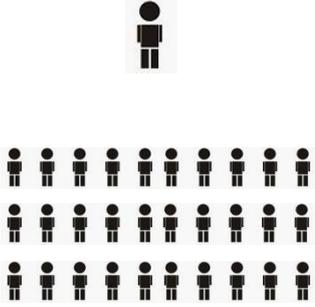
Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<ul style="list-style-type: none"> Siswa diperlihatkan poster asyiknya berolahraga dan diberikan penyampaian tujuan pembelajaran yang akan dicapai dan hal-hal yang akan dilihat dan dinilai dalam proses pembelajaran.  <ul style="list-style-type: none"> Setelah semua siswa paham dan mengerti tujuan dan kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan, maka dalam formasi 3 baris Siswa melakukan permainan “saling berebut pita”. Dalam permainan saling berebut pita, aturan dan langkah-langkah pelaksanaan kegiatan bermain berebut pita dapat dijelaskan sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Siswa dibagi dalam beberapa kelompok (2-4 kelompok) dengan jumlah setiap kelompok antara 4-6 orang. Setelah itu, tentukan siapa yang akan mengambil pita yang berada di bagian belakang barisan. Siswa paling depan berusaha mengambil pita yang dibawa siswa yang berada pada barisan paling belakang di tiap kelompok. Lakukan kegiatan ini secara berulang-ulang sampai semua melakukannya. <p>Bentuk permainan ini dapat dimudahkan atau ditingkatkan dengan cara mengurangi atau meningkatkan tantangan atau tingkat kesulitan dalam kegiatan pembelajaran pencak silat. Cara mempermudahnya, yaitu: (a) menambah jumlah pita di setiap orang dan (b) menambah jumlah anggota pada setiap timnya. Sedangkan cara mempersukarnya, yaitu: (1) pita hanya boleh disentuh satu kali dan langsung diambil dan (3) mengurangi jumlah anggota. Untuk lebih jelasnya pelaksanaan kegiatan berebut pita dapat digambarkan sebagai berikut.</p>  		

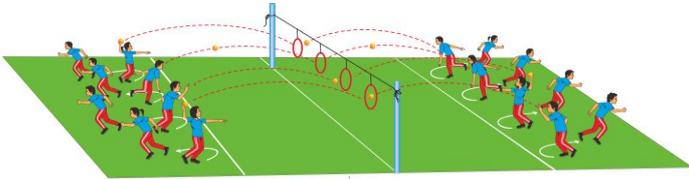
Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
<p>Inti</p>	<p>MENGAMATI :</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa diperlihatkan video tentang permainan bola kecil dengan judul “lempar pantul bola kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai” yang diproduksi dan disutradarai oleh M. Arief W. yang disertai dengan harapan memberikan dapat dipahami oleh siswa. Contoh video sebagai berikut.  <ul style="list-style-type: none"> Siswa dikondisikan dalam beberapa kelompok dengan cara hitung berlanjut 1 sampai 6. Siswa yang menyebutkan angka yang sama dijadikan satu kelompok. Siswa diberikan bahan ajar berupa bahan ajar berupa modul sederhana yang berisi ringkasan materi yang disertai gambar tentang aturan dan pelaksanaan berbagai permainan bola kecil (lempar pantul bola dan kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai) sesuai video. Siswa mengamati penjelasan guru tentang penjelasan aturan dan pelaksanaan berbagai permainan bola kecil (lempar pantul bola dan kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai). Siswa mengamati gambar yang di tunjukkan oleh guru tentang permainan bola kecil (lempar pantul bola dan kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai) yang akan di pelajari dan akan dilaksanakan oleh para siswa. Siswa mendengarkan penjelasan dari guru terkait dengan aturan pelaksanaan permainan-permainan tersebut. <p>MENANYA :</p>	<p>50 menit</p>	

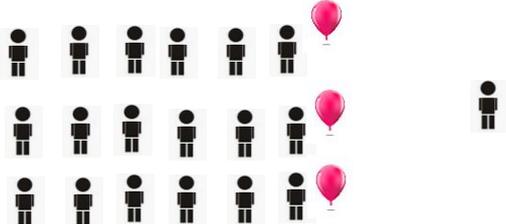
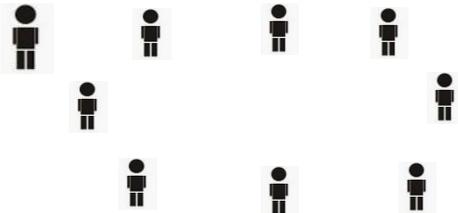
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<ul style="list-style-type: none"> Siswa bertanya tentang aturan dan pelaksanaan permainan bola kecil (lempar pantul bola dan kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai) yang belum dipahami. <p>MENCOBA :</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa mendemonstrasikan permainan pantul bola dan kejar sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Masing-masing siswa diberikan balon yang diisi dengan air dan ujungnya diikat dengan tali plastik (sebagai ekor) dan dipantulkan ke bawah. Selanjutnya, bola dikejar oleh masing-masing siswa untuk ditangkap atau dihentikan lanju pantulannya. <p>Dalam melakukan permainan ini, setiap siswa diberikan pengertian untuk saling berhati-hati dan menjaga keamanan diri sendiri dan orang lain/teman-teman di sekitarnya.</p>  <ul style="list-style-type: none"> Siswa  melaksanakan permainan lempar bola sasaran lawan sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Siswa dibentuk menjadi 2 tim/kelompok dengan jumlah masing-masing kelompok harus adil/sama (antara 3-20 orang per kelompok). Salah satu perwakilan siswa dalam masing-masing kelompok (1 orang tiap kelompok). Mereka dipertemukan di tengah lapangan (garis tengah) untuk bersalaman dan bersiap mendapatkan bola kecil yang dipergunakan sebagai senjata. Setelah salah satu perwakilan kelompok mendapatkan bola kemudian melakukan penyerangan dengan melemparkan bola ke arah lawan. Sasaran atau target lemparan adalah anggota tubuh bagian bawah (pinggang ke bawah). Lawan yang terkena lemparan harus menjadi tawanan. Sedangkan bola yang tidak mengemai lawan dapat diperebutkan oleh kedua kelompok tersebut. 		

Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<p>5) Tawanan yang berada di sisi lapangan dearh lawan diperbolehkan membantu timnya untuk menyerang.</p> <p>6) Tim yang mendapatkan tawanan dengan jumlah paling banyak dinyatakan sebagai pemenang.</p> <p>7) Permainan dapat ditingkatkan intensitasnya dengan menambahkan bola sebagai senjata untuk mendapatkan tawanan.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengamati gambar yang di tunjukkan oleh guru tentang permainan bola kecil yang akan di pelajari dan akan dilaksanakan oleh para siswa. • Siswa mendengarkan penjelasan guru terkait dengan aturan pelaksanaan permainan dan dilanjutkan dengan siswa melaksanakan permainan lempar menjatuhkan benda sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> 1) Siswa dibagi menjadi 4 kelompok (usahakan jumlah anggota sama). 2) Salah satu anggota dari masing-masing kelompok ditugaskan menjadi penjaga sasaran (giliran dilakukan bergantian) berupa kerangka dengan dipisahkan jarak ± 5-8 meter. 3) Bola sebanyak 1 buah diberikan kepada masing-masing kelompok (1 anggota terdepan). 4) Dimulai dengan aba-aba dari guru, anggota kelompok yang membawa bola (dimulai dari yang paling depan) melempar bola ke sasaran benda yang diusahakan untuk ditumbangkan (kardus/ kotak sejenis) dengan tidak boleh melewati cone/batas lemparan. Apabila berhasil menumbangkan sasaran (kardus) maka kelompok tersebut mendapatkan skor 1 poin, jika tidak berhasil mendapatkan skor 0 poin. 5) Setelah melakukan lemparan, siswa tersebut berlari dan beralih posisi ke barisan paling belakang. Siswa yang menjaga sasaran kemudian mengambil bola yang telah dilemparkan dan dilemparkan untuk diberikan kepada pemain selanjutnya (yang tidak membawa bola). Demikian seterusnya. Kelompok yang mendapatkan skor 		

Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<p>atau poin paling banyak dinyatakan sebagai pemenang. Sedangkan kelompok yang mendapatkan poin paling sedikit dinyatakan sebagai kelompok yang kalah.</p> <p>6) Permainan dapat divariasikan dengan mengganti atau menambah peralatan yang digunakan dalam permainan atau jarak yang diperjauh.</p>  <p>MENALAR :</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa mendengarkan penjelasan guru terkait dengan aturan pelaksanaan permainan dan dilanjutkan dengan siswa melaksanakan permainan lempar dan kejar balon sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Siswa membentuk formasi acak di lapangan, tetapi dalam jarak yang aman antara satu siswa dengan siswa lainnya dengan masing-masing membawa satu buah balon. Siswa memegang balon di pegang dengan tangan kiri. Setelah mendapat intruksi dari guru melalui peluit siswa melakukan posisi sikap awal untuk bersiap berlari dan diteruskan dengan melamparkan benda berupa balon ke atas atau ke bawah unruk dikejar dan ditangkap dengan cara memegang benda atau balon tersebut. Permainan dilakukan dalam beberapa menit (sekitar 5-15 menit) sesuai dengan alokasi waktu yang ditentukan sesuai dengan kebijakan guru. 		

Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<p>MENALAR :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengidentifikasi dan mengevaluasi gerakannya sendiri dalam yang dilakukan dalam permainan bola kecil yang didalamnya terdapat berbagai macam variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. • Siswa bersama teman-teman berdiskusi menilai gerakan sikap siap, melangkah ke depan, pukulan ke depan dalam teknik pencak silat yang di lakukan. <p>MENYAJIKAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dengan membentuk posisi tiga barisan , siswa melakukan rangkaian gerakan berlari, menayunkan lengan, melempar, dan menangkap bola yang dilakukan dalam berbagai macam permainan bola kecil, yaitu: (a) lempar bola ke sasaran lawan, (b) lempar ke arah simpai, dan (c) lempar menjatuhkan benda setelah mendapat instruksi peluit dari guru. <div style="text-align: center;">  </div> <p>MENCIPTA :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Setiap siswa melakukan perpaduan gerakan ebrlari diteruskan dengan melempar dan atau menangkap benda dalam permainan lempar ke arah simpai sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> 1) Siswa dibagi menjadi 4 kelompok (usahakan jumlah anggota sama). 2) Salah satu anggota dari masing-masing kelompok ditugaskan menjadi penjaga sasaran (giliran dilakukan bergantian) berupa keranjang dalam jarak \pm 5-8 meter. 		

Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<p>3) Bola sebanyak 2 buah diberikan kepada tiap kelompok (2 anggota terdepan).</p> <p>4) Dimulai dengan aba-aba dari guru, anggota kelompok yang membawa bola (dimulai dari yang paling depan) melempar bola ke sasaran yang berupa simpai/ <i>hullahoop</i> (usahakan lemparan bisa masuk) dengan tidak boleh melewati cone/batas lemparan. Apabila berhasil memasukkan bola ke sasaran maka kelompok tersebut mendapatkan skor 1 poin, jika tidak berhasil mendapatkan skor 0 poin.</p> <p>5) Setelah melakukan lemparan, siswa tersebut berlari dan beralih posisi ke barisan paling belakang. Siswa yang menjaga sasaran kemudian mengambil bola yang telah dilemparkan dan dilemparkan untuk diberikabn ke pemain selanjutnya (yang tidak membawa bola). Demikian seterusnya. Kelompok yang mendapatkan skor atau poin paling banyak dinyatakan sebagai pemenang. Sedangkan kelompok yang mendapatkan poin paling sedikit dinyatakan sebagai kelompok yang kalah.</p> <p>6) Permainan dapat divariasikan dengan jarak lemparan yang diperjauh dengan tujuan lebih menantang siswa. Peralatan yang digunakan juga dapat dikombinasikan dengan tongkat karet atau bola berekor.</p>  <p>MENGOMUNIKASIKAN:</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa melakukan komunikasi dengan guru ketika mengalami kesulitan atau belum paham tentang setiap permainan bola kecil yang dilakukan dimana terdapat perpaduan gerakan gerak dasar lokomotor (berlari), non-lokomotor (mengayun) dan gerakan manipulatif (melempar dan menangkap benda). 		

Kegiatan	DeskripsiKegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
<p>Penutup</p>	<p>1. Kegiatan Penutup</p> <p>Kegiatan penutup diawali dengan pendinginan yang dilakukan dengan estafet balon, dengan pelaksanaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Siswa membentuk formasi barisan berbanjar dengan jarak satu rentangan lengan dengan posisi siswa berdiri kaki kangkang, siswa yang berada di depan memegang balon kemudian memberikan balon kepada teman yang berada di belakangnya dari arah atas kepala kemudian teman yang di belakang yang mendapatkan balon memberikan balon tersebut ke teman dibelakangnya dengan arah bawah melewati selangkangan, kemudian teman yang berada di belakang menerima bola dari bawah dan memberikan ke teman belakangnya lagi dengan arah atas, seterusnya sampai teman yang berada di paling belakang.  <ul style="list-style-type: none"> Guru bersama siswa melaksanakan permainan do mi kado sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Dalam formasi melingkar, setiap siswa duduk dengan kaki lurus didepan/bersila dan kedua tangan saling bertemu dengan teman disampingnya (tangan kanan diatas tangan kiri teman dan tangan kiriberada di bawah tangan kanan teman).  <ol style="list-style-type: none"> Salah satu siswa dengan inisiatif sendiri atau ditunjuk oleh guru mulai menyanyikan lagu Do Mi Ka Do. 	<p>10 menit</p>	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu	Keterangan
	<p style="text-align: center;">Do mi ka do mi ka do is kak Is ka do pe ya pe yo <i>One two three four five six seven eight nine ten</i></p> <p>3) Sambil bernyanyi lagu Do Mi Ka Do, tangan kanan siswa yang kanan ditepukkan tangan kanan temannya. Siswa yang terkena tepukan terakhir dan tidak dapat menghindar akan mendapatkan hukuman untuk bernyanyi. Sedangkan, siswa yang berhasil menghindar dari tepukan terbebas dari hukuman.</p> <p>2. Evaluasi dan Refleksi :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Siswa diberikan kesempatan untuk menyampaikan kegiatan yang telah dipelajari dan ditanggapi oleh guru dengan menerangkan kemajuan gerakan yang diperoleh peserta didik secara umum dan kesalahan-kesalahan gerakan yang dilakukan siswa saat melakukan praktik dan dilanjutkan dengan penyimpulan materi yang telah dipelajari. • Siswa ditugaskan untuk membaca, membuat catatan, dan dapat melakukan permainan di luar jam pembelajaran (bisa ekstrakurikuler atau kegiatan di rumah) tentang permainan pantul bola dan kejar, lempar bola sasaran, lempar menjatuhkan benda, lempar kejar bola, dan lempar ke arah simpai dimana terdapat rangkaian gerakan berlari, mengayunkan lengan, melempar, dan menangkap bola dengan menjelaskan manfaat dari aktivitas tersebut untuk kesehatan. Hasil dari tugas tersebut dapat di jadikan sebagai tugas portofolio pada periode tertentu , misalnya tengah semester atau akhir semester (foto, tulisan, laporan, dan sebagainya). <p>3. Siswa diberikan informasi tentang materi yang akan dipelajari pada pertemuan selanjutnya.</p> <p>4. Secara bersama-sama, siswa untuk berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran).</p> <p>5. Siswa dibubarkan dengan tertib untuk mengikuti kegiatan selanjutnya, misalnya kegiatan pembelajaran pada mata pelajaran lainnya.</p>		

		(√)	(√)	(√)	(√)	(√)	(√)	
1								
2								
3								
4								
5								
JUMLAH SKOR MAKSIMAL= 6								

2) Penilaian Aspek Ranah Kognitif/ Pengetahuan

Kisi-kisi Penilaian Aspek Pengetahuan/ Kognitif

No.	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Rumusan Soal	Bentuk Tes	Nomor Soal
1.	Memahami variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola kecil yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil.	Permainan bola kecil	Siswa dapat mengemukakan variasi gerakan berlari mengejar bola ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)	Sebutkan minimal 2 (dua) arah gerakan berlari tempat dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)!	Uraian/ Isian singkat	1
			Siswa dapat mengemukakan variasi gerakan ayunan lengan untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)	Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan ayunan lengan untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)!	Uraian/ Isian singkat	2
			Siswa mengemukakan variasi gerakan melemparkan benda ke arah sasaran hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)	Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan melempar benda dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)!	Uraian/ Isian singkat	3
			Siswa mengemukakan variasi gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan permainan	Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan menangkap bola dalam permainan permainan	Uraian/ Isian singkat	4

			<p>lemkebo (lempar kejar balon)</p> <p>Siswa mengemukakan proses pelaksanaan perpaduan gerakan mencetak angka/ poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemkebo (lempar ke arah simpai).</p>	<p>lemkebo (lempar kejar balon)!</p> <p>Sebutkan proses pelaksanaan teknik atau cara mencetak angka dengan cara mengarahkan pada target atau sasaran dalam permainan lemkebo (lempar ke arah simpai)!</p>	<p>Uraian/ Isian singkat</p>	<p>5</p>
--	--	--	--	---	----------------------------------	----------

Kerjakan Soal-soal di bawah ini dengan uraian singkat dan jelas!

1. Sebutkan minimal 2 (dua) arah gerakan berlari tempat dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar) !
2. Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan ayunan lengan untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran) !
3. Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan melempar benda dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda) !
4. Sebutkan minimal 2 (dua) macam gerakan menangkap bola dalam permainan permainan lemkebo (lempar kejar balon) !
5. Sebutkan proses pelaksanaan teknik atau cara untuk mencetak angka atau poin dengan cara mengarahkan pada target atau sasaran dalam permainan lemkebo (lempar ke arah simpai)!

JAWABAN (KUNCI JAWABAN) SOAL/ PERTANYAAN

Jawaban no 1

1. Berlari ke arah depan
2. Berlari ke arah belakang
3. Berlari ke arah samping kanan

4. Berlari ke arah samping kiri

Jawaban no 2

1. Ayunan lengan putaran penuh
2. Ayunan lengan setengah putaran (putaran tidak penuh)

Jawaban no 3

1. Lemparan atas
2. Lemparan mendatar/horizontal
3. Lemparan bawah/menyusur tanah

Jawaban no 4

1. Tangkapan atas
2. Tangkapan mendatar/horizontal
3. Tangkapan bawah/menyusur tanah

Jawaban no 5 (kebijakan guru)

1. Melakukan awalan (berjalan, berlari, dan sebagainya)
2. Melakukan ayunan lengan ke arah sasaran
3. Melakukan lemparan atas, datar, dan/ atau bawah untuk diarahkan pada target atau sasaran dalam rangka mencetak angka.
4. Mendapatkan benda kembali dengan menangkah hasil lemparan rekan atau teman untuk kembali diarahkan pada target dalam rangka mencetak angka atau poin sebanyak-banyaknya.

**PENILAIAN PENGETAHUAN (KOGNITIF)
DALAM PERMAINAN BOLA KECIL**

INDIKATOR	DISKRIPSI INDIKATOR	CEK (v)	
		Ya	Tidak
Mampu mengemukakan variasi gerakan berlari mengejar bola ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)	Siswa mampu mengemukakan gerakan berlari ke arah depan atau belakang		
	Siswa mampu mengemukakan gerakan berlari ke arah samping kanan atau kiri		
Mampu mengemukakan variasi gerakan ayunan lengan untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)	Siswa mampu mengemukakan gerakan mengayun dengan putaran penuh		
	Siswa mampu mengemukakan gerakan mengayunkan lengan dengan setengah putaran (putaran tidak penuh)		
Mampu mengemukakan variasi gerakan melemparkan benda ke arah sasaran hingga	Siswa mampu mengemukakan gerakan lemparan atas		
	Siswa mampu mengemukakan gerakan lemparan mendatar atau horizontal dan/ atau menyusur		

		berlari mengejar bola ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)	ayunan lengan untuk mengarahkan bola ke target dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)	melemparkan benda ke arah sasaran hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)	benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon)	an perpaduan gerakan mencetak angka/ poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemkebo (lempar ke arah simpai)		
		2 1	2 1	2 1	2 1	2 1		
1								
2								
3								
4								
5								
JUMLAH SKOR MAKSIMAL= 10								

3) Penilaian Aspek Ranah Psikomotor/ Keterampilan

PENILAIAN KETRAMPILAN (PSIKOMOTOR) DALAM PERMAINAN BOLA KECIL

INDIKATOR	DISKRIPSI INDIKATOR	SKOR		
		3	2	1
Mempraktikkan variasi gerakan berlari ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)	Siswa mampu berlari mengejar benda/ bola ke arah depan			
	Siswa mampu berlari mengejar benda/ bola ke arah belakang			
	Siswa mampu berlari mengejar benda/ bola ke arah samping kanan/ kiri			
Mempraktikkan variasi gerakan ayunan lengan dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)	Siswa mampu mengayunkan lengan dengan setengah putaran			
	Siswa mampu mengayunkan lengan dengan putaran penuh			
	Siswa mampu mengayunkan lengan ke arah sasaran			

Mempraktikkan variasi gerakan melemparkan benda ke arah sasaran hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)	Siswa mampu melemparkan benda atau bola dari arah atas (lemparan atas)			
	Siswa mampu melemparkan benda atau bola dari arah mendatar/ horizontal (lemparan datar/ horizontal)			
	Siswa mampu melemparkan benda atau bola dari bawah (menyusur)			
Mempraktikkan variasi gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon)	Siswa mampu menangkap benda atau bola dari arah atas dengan satu atau dua tangan yang terbuka			
	Siswa mampu menangkap bola dari arah mendatar / horizontal dengan satu atau dua tangan yang terbuka			
	Siswa mampu menangkap bola dari arah bawah (menyusur tanah) dengan satu atau dua tangan yang terbuka			
Mempraktikkan perpaduan gerakan mencetak angka/poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemkaeri (lempar ke arah simpai)	Siswa mampu melakukan gerakan awalan dan ayunan lengan yang diarahkan ke sasaran atau target			
	Siswa mampu melakukan perpaduan gerakan melemparkan benda atau bola ke arah sasaran untuk mencetak angka			
	Siswa mampu melakukan gerakan menangkap kembali benda atau bola yang telah dilemparkan olehu teman untuk diarahkan kembali ke sasaran atau target dalam rangka mencetak angka			
JUMLAH				
<i>Jumlah Point Maksimal= 15</i>				

Jumlah skor yang diperoleh

Skor yang di peroleh

Nilai = ----- X 100

Jumlah skor maksimal

NILAI	KRITERIA
90 -100	Amat Baik (AB)
78 - 89	Baik (B)
66 - 77	Cukup (C)

< 65	Kurang (K)
------	------------

NO	NAMA SISWA	DISKRIPSI INDIKATOR									SKOR						
		Siswa mempraktikkan variasi gerakan berlari ke berbagai arah atau posisi dalam permainan pantoker (pantul bola dan kejar)			Siswa mempraktikkan variasi gerakan ayunan lengan dalam permainan lebosaran (lempar bola sasaran)			Siswa mampu mempraktikkan variasi gerakan melemparkan benda ke arah sasaran hingga jatuh dalam permainan lemtunda (lempar menjatuhkan benda)				Siswa mampu mempraktikkan variasi gerakan menangkap benda yang memantul dalam permainan lemkebo (lempar kejar balon)			Siswa mampu mempraktikkan perpaduan gerakan mencetak angka/poin pada target atau sasaran yang digantung atau diletakkan di atas dalam permainan lemhari (lempar ke arah simpai)		
		3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	
1																	
2																	
3																	

JUMLAH SKOR MAKSIMAL= 15

K. PENGOLAHAN NILAI AKHIR

Nilai Akhir (NA)= (Nilai Aspek Afektif + Nilai Aspek Kognitif + Nilai Aspek Psikomotor):3

Mengetahui
Kepala Sekolah

Krubungan, 01 September 2020
Guru Penjasorkes

MARYADI,S.Pd
NIP.

RAHMAT BASUKI, S.Pd.
NIP.