

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Satuan Pendidikan : SDN PELEM 2 Ngawi
Mata Pelajaran : Penjaskes
Kompetensi Dasar : 3.4 dan 4.4
Memahami / Mempraktikkan kombinasi sikap kaki dan serangan dengan tangan dalam beladiri
Materi Pokok : Bela Diri (Pencak Silat)
Sub Materi : Sikap kuda-kuda, pukulan
Kelas / Semester : V / Ganjil
Alokasi Waktu : 1 X 35 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran menggunakan model pembelajaran Kooperatif (*Cooperative Learning*), dengan metode Literasi dan Eksperimen dengan mengembangkan karakter bersahabat/komunikatif, disiplin dan tanggung jawab, siswa dapat :

- Memahami / Mempraktikkan gerak dasar lokomotor dan non- lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri

B. Metode Pembelajaran

Model pembelajaran yang digunakan adalah Discovery Learning dengan metode yaitu luring. Luring dilakukan dengan tanya jawab dan praktik dengan menerapkan protokoler kesehatan.

C. Langkah-Langkah Pembelajaran

3.1 Alat dan bahan

- 3.1.1 Alat : Komputer/Laptop/Telepon Selular yang terhubung dengan internet
3.1.2 Bahan : Video/gambar tentang materi ajar

3.2. Kegiatan pembelajaran

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 Menit)	
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Mengucapkan salam• Berdoa• Melakukan absensi kehadiran• Menjelaskan materi sebelumnya melalui vidio pembelajaran• Menjelaskan manfaat mempelajari materi yang akan di bahas melalui vidio pembelajaran
KEGIATAN INTI (10 Menit)	
Literasi	<ul style="list-style-type: none">• Guru memberikan gambaran Pencak Silat menggunakan media audio visual• Peserta didik menyimak tayangan audio visual dengan seksama• Guru memotivasi peserta didik untuk terlibat aktif dalam pembelajaran Pencak Silat

<i>Critical Thinking</i>	<ul style="list-style-type: none"> □ Peserta didik melakukan warming up dipimpin oleh peserta didik itu sendiri dan diikuti oleh peserta didik lainnya □ Peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan dalam Pencak Silat ; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sikap kuda – kuda (depan, samping, belakang, tengah) ➤ Serangan dengan tangan (pukulan)
<i>Colaboration (Kerja Sama)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengumpulkan informasi dari berbagai sumber (tayangan audio visual, buku bacaan yang terkait dengan materi, teman /orang tua dan internet) • Peserta didik mempraktikkan sikap kaki (kuda-kuda) dan serangan dengan tangan (pukulan) dalam Pencak Silat ; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sikap kuda – kuda (depan, samping, belakang, tengah) ➤ Serangan dengan tangan (pukulan)
<i>Communication (Komunikasi)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Salah satu siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan gerak lokomotor dan gerak nonlokomotor dalam Pencak Silat ; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sikap kuda – kuda (depan, samping, belakang, tengah) ➤ Serangan dengan tangan (pukulan)
<i>Creativity (Kreativitas)</i>	<p>Kesimpulan Pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru dan peserta didik menarik sebuah kesimpulan tentang point – point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran Pencak Silat • Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami atau guru menyampaikan beberapa pertanyaan pemacu kepada peserta didik berkaitan dengan materi yang telah dipelajari yaitu Pencak Silat
PENUTUP (15 Menit)	
Peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> • Membuat rangkuman / simpulan pembelajaran tentang Pencak Silat • Peserta didik melakukan <i>operasi semut</i> untuk menjaga kebersihan kelas dan lapangan. • Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang peserta didik
Guru	<ul style="list-style-type: none"> • Memeriksa rangkuman / simpulan peserta didik yang selesai dan di berikan Apresiasi terhadap kinerja mereka selama kegiatan pembelajaran berlangsung • Memberikan informasi kepada peserta didik tentang materi yang akan di bahas di pertemuan berikutnya

D. Kesimpulan Pembelajaran

Pencak silat merupakan seni bela diri di Indonesia yang diwariskan dan dikembangkan dari generasi ke generasi. Seni bela diri pencak silat bermanfaat untuk peningkatan kesehatan, keterampilan gerak dan untuk menjaga diri dari ancaman yang dihadapi. Sikap kuda – kuda dan pukulan adalah gerakan dasar pencak silat

E. Penilaian Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan : Quiz
Penilaian Keterampilan : Mempraktikkan kombinasi sikap kaki (kuda-kuda)
dan serangan dengan tangan (pukulan) dalam
beladiri (Pencak Silat)

Mengetahui,
Kepala SDN PELEM 2 Ngawi

Ngawi, 2022
Guru PJOK

SUYONO, S.Pd.
NIP. 19630505 198504 1 004

PUJIANI RETNO MASRIFAH CAHYANTI, S.Pd