

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 1 Karang  
Kelas / Semester : 5 /1  
Mata Pelajaran : PJOK  
Pelajaran : Sepak Bola  
Sub Pelajaran : Menendang Bola  
Pertemuan : 1  
Alokasi waktu : 60 menit

### A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
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, sekolah, dan tempat bermain.
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

#### Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
3.1	Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau	3.1.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola.

	tradisional *)	
<b>4.1</b>	Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola.

### C. TUJUAN

1. **Melalui Media/Aplikasi Daring** siswa mengetahui materi tentang Menendang Bola
2. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan langkah gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan tepat.
3. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan lancar.

### D. Nilai Karakter

- Jujur
- Disiplin
- Tanggung Jawab
- Santun
- Peduli
- Percaya Diri

### E. MATERI PEMBELAJARAN

#### Pengertian Sepak Bola

Sesuai namanya, olahraga ini memiliki dua unsur utama: sepak dan bola. Jadi, sepak bola bisa diartikan sebagai olahraga yang dimainkan dengan cara menyepak atau menendang bola. Permainan ini sendiri harus dimainkan oleh dua tim di lapangan yang luas. Setiap tim yang

terdiri dari sebelas orang harus memasukkan bola ke gawang lawan. Tim yang berhasil mencetak gol lebih banyak akan dinyatakan sebagai pemenang. Akan tetapi, permainan ini tetap dilakukan dengan mengikuti sejumlah aturan yang sudah ditentukan.

### **Sejarah Sepak Bola Singkat**

Belum ada yang tahu pasti tentang kapan tepatnya sepak bola diciptakan, namun kabarnya permainan ini dimulai di Tiongkok pada masa Dinasti Han. Saat itu, orang-orang Tiongkok membuat permainan dari bola kulit yang harus ditendang masuk ke sebuah jaring kecil. Walaupun tidak seperti sepak bola zaman sekarang, permainan ini juga mulai muncul di sejumlah negara, seperti Jepang, Roma, dan Yunani. Sepak bola modern lalu dikenal masyarakat Inggris hingga terbentuklah asosiasi olahraga tersebut pada tahun 1863.

Sepak bola terus berkembang sampai akhirnya muncul ide pembentukan asosiasi sepak bola dunia pada tahun 1886. Barulah di tahun 1904, Fédération Internationale de Football Association (FIFA) terbentuk di Paris, Perancis.

Sampai saat ini FIFA tetap berperan aktif dalam perkembangan sepak bola di dunia. Selain terlibat dalam penetapan aturan, FIFA juga menggelar sejumlah pertandingan, termasuk ajang Piala Dunia yang digelar empat tahun sekali.

### **Teknik Dasar Sepak Bola**

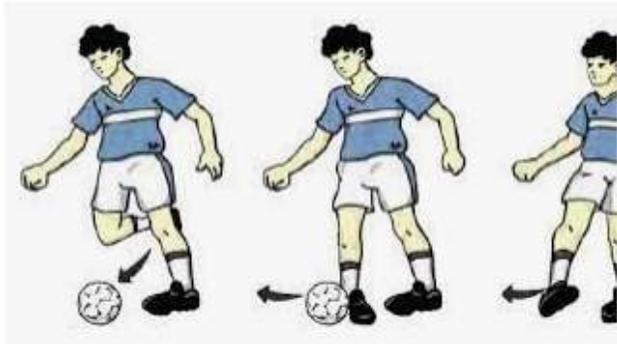
Seperti permainan lainnya, sepak bola juga harus dimainkan dengan teknik-teknik tertentu. Teknik dasar pemain inti juga berbeda dari kiper. Pemain inti setidaknya harus menguasai enam teknik dasar, mulai dari menendang hingga merebut bola dari lawan.

#### ***Teknik Menendang Bola***

Ini adalah teknik paling dasar yang harus bisa dilakukan semua pemain. Ada tiga macam tendangan yang bisa dipelajari:

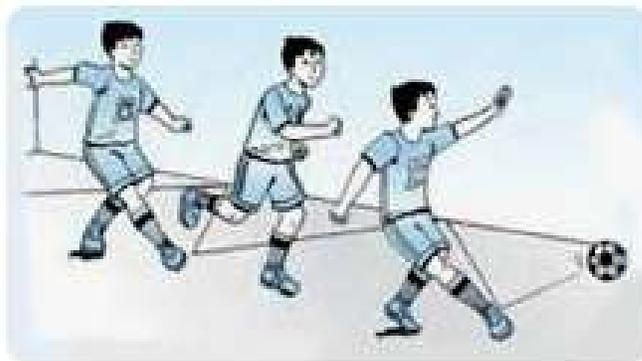
### Teknik Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Luar

1. Posisikan tubuh berdiri menuju ke arah datangnya **bola**.
2. Letakkan kaki kiri disamping **bola** yang akan ditendang nantinya.
3. Jaga keseimbangan badan dengan merilekskan kedua tangan.
4. Putar ke dalam salah satu kaki yang digunakan untuk **menendang bola**.
5. Arahkan pandangan anda ke **bola**.



### Teknik Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam

1. Posisikan tubuh berdiri menuju ke arah datangnya **bola**.
2. Letakkan kaki disamping sebagai tumpuan serta tekuk lutut sedikit.
3. Condongkan tubuh anda sedikit ke belakang.
4. Posisikan kedua tangan berada disamping badan agar keseimbangan tubuh dapat terjaga.



### Teknik Menendang Bola Dengan Punggung Kaki

1. Posisikan tubuh berdiri menuju kearah datangnya **bola**.
2. Tekuk sedikit **kaki** kiri dan letakkan **kaki** kiri disamping **bola** yang akan ditendang nantinya.
3. Jaga keseimbangan badan dengan merilekskan kedua tangan.
4. Arahkan pandangan anda ke **bola**.



### F. Metode Pembelajaran

Model Pembelajaran : *Daring*

Metode : Ceramah dan praktik melalui video

### G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pembukaan dengan salam dan membaca Doa dipandu dari Group Whats Apps</li><li>2. Memberikan Pembelajaran melalui Chat di WhatsApps atau Video Singkat Pra pembelajaran</li><li>3. Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (<b>Apersepsi</b>)</li><li>4. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (<b>Motivasi</b>).</li><li>5. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. (<i>Creativity and Innovation</i>)</li></ol>	10 menit

<p><b>Kegiatan Inti</b></p>	<p>Guru mengirim materi melalui <b>Group Whats Apps</b> berupa slide dan <i>video</i> tentang Menendang Bola</p> <p><b>Mengamati</b></p> <p>1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang menendang bola dalam permainan sepak bola. <b>(Mandiri)</b></p> <p><b>Menanya</b></p> <p>2. Siswa menanyakan setelah melihat penjelasan guru melalui video hal hal yang belum di pahami.</p> <p><b>(Communication)</b></p> <p><b>Menalar</b></p> <p>3. Siswa mencoba berdiskusi dengan orang tua/wali sebagai pendamping selama PJJ berlangsung tentang kegiatan menendangbola. <b>Critical Thinking)</b></p> <p><b>Mencoba</b></p> <p>4. Siswa kemudian mempraktikkan cara menendang bola secara mandiri.</p> <p><b>(Collaboration, Creativity)</b></p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <p>5. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan melalui video di akir kegiatan. <b>(Communication)</b></p>	<p>40 menit</p>
<p><b>Kegiatan Penutup</b></p>	<p>1. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan</p> <p>2. Melakukan refleksi / tanya jawab, penugasan dan informasi materi berikutnya melalui group WA</p> <p>3. Salam dan do'a oleh guru di akir video pembelajaran yang dibagikan</p>	<p>10 menit</p>
<p><b>PENILAIAN</b></p> <p>1. Observasi dan pencatatan sikap siswa</p> <p>2. Penilaian Pengetahuan, Penilaian Keterampilan, Penilaian Unjuk Kerja.</p> <p>3. <b>(Penugasan soal-soal melalui Group Whats Apps)</b></p>		

Mengetahui,  
Kepala Sekolah SDN 1 karangan

**TUKIRIN, S.Pd.**  
NIP. 19630715 198504 1 006

Karangan, 12 Juli 2021  
Guru Mapel Penjas Kelas 5

**RUDI BURHANANI, S.Pd.**  
NIP. -

## F. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja .

### 1. Tes Tulis

Mengerjakan soal yang sudah diberikan dan dikerjakan di buku tulis, di foto lalu di kirim melalui jaringan pribadi WA dengan menyertakan identitas lengkap.

Soal Latihan:

- 1) Induk organisasi sepak bola dunia ...
- 2) Pandangan mata pada saat menendang bola menuju ke arah ...
- 3) Induk organisasi sepak bola Indonesia ...
- 4) Sebutkan 3 teknik menendang bola ...
- 5) Ajang pertandingan sepak bola dunia di adakan setiap ... tahun

Jawaban dan skor :

1) FIFA	20
2) Lurus ke depan menuju sasaran	20
3) PSSI	20
4) Bagian dalam, luar dan punggung	20
5) 4 tahun	20
<hr/>	
TOTAL	100

2. Praktik Teknik menendang bola

Kriteria	Skor 4 TUNTAS	Skor 3 TUNTAS	Skor 2 TIDAK TUNTAS	Skor 1 TIDAK TUNTAS
Ketepatan dalam menendang Bola	Memenuhi 3 kriteria, meliputi: 1. Teknik yang digunakan tepat 2. Tepat sesuai sasaran 3. Kekuatan tendangan cukup	Memenuhi 2 kriteria	Memenuhi 1 kriteria	Tidak memenuhi semua kriteria

NO	NAMA SISWA	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1	KET
1	Alif Asya Ramadhani					
2	Ardiansah Rafiul. Razaq					
3	Dewi Rahma Wati					
4	Elgista Clara. Ferbianza					
5	Fadhila Wisnu. Ramadhan					
6	Herlin Eka Iraningsih					
7	Keisha Zola Hesta Pratama					
8	Kevin Relfan Sarbany					
9	Mirza Letisha Zaafarani					
10	Mohammad Fathu Rahman					
11	Muhammad Alfian Yunikar P					
12	Muhammad Faiz Al-muzakki					
13	Muhammad Hafid Nur Aziiz					
14	Muhammad Ilham					
15	Muhammad Nu'aim Andhara B					
16	Nacita Zida Mutammima					
17	Narindra Shafa Asyaqira					



16	Nacita Zida Mutammima													
17	Narindra Shafa Asyaqira													
18	Putri Rohmah Saskia													
19	Rasha Helmy Saputra													
20	Septia Hafisa Anggraini													
21	Silvia Yunita Putri													
22	Zahira Galuh Nurazizah													
23	Yasmin Putri Amanda													

Ket :

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

#### G. SUMBER DAN MEDIA

1. Internet.
2. Buku PJOK KTSP Paket
3. LKS PJOK EKSIS Seri Modul Pembelajaran
4. You Tube Video/slide menendang bola.

<i>Catatan Guru / Refleksi</i>	
<b>1. Masalah</b>	
<b>2. Ide Baru</b>	
<b>3. Momen Spesial</b>	

## **H. Remedial dan Pengayaan**

### **a. Remedial**

Dari hasil evaluasi kegiatan penilaian harian, bagi siswa yang belum memahami materi secara baik diberikan proses ulasan dan pengulangan sehingga memiliki keterampilan dan pemahaman yang sesuai.

### **b. Pengayaan**

Apabila masih tersisa waktu, guru membahas kembali materi hari untuk menambah wawasan dan pemahaman siswa.