

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(Simulasi Mengajar Guru Penggerak)**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 020 Tanjung Redeb  
 Kelas / Semester : IV / I  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Materi : Kasti  
 Materi Pokok : Penguasaan pengetahuan dan praktik pola gerak dasar manipulatif berupa memukul, melempar, dan menangkap bola.  
 Pertemuan / Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan / 10 Menit

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- KD 3.2 Memahami gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.
- Tujuan Pembelajaran peserta didik mampu memahami dan melakukan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif dalam gerak dasar permainan kasti.

**B. KEGIATAN PEMBELAJARAN**

| Kegiatan          | Deskripsi Kegiatan  | Alokasi Waktu |
|-------------------|---|---------------|
| Pendahuluan       | 1. Mengawali kegiatan pembelajaran bersama peserta didik dengan membaca do'a yang dipimpin ketua kelas (Spiritual)<br>2. Guru dan peserta didik menyanyikan lagu "Garuda Pancasila"<br>3. Mengecek kehadiran siswa (Presensi)<br>4. Memberi motivasi kepada peserta didik (Apersepsi)   | 2 menit       |
| Inti Pembelajaran | 1. Peserta didik <i>mengamati</i> materi melalui tayangan video dan penjelasan guru tentang teknik dasar, serta pola gerak dasar pada permainan kasti.<br> 2. Guru memberikan kesempatan peserta didik aktif bertanya dari hasil tayangan video yang mencakup dengan teknik dasar dan pola gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, manipulatif permainan kasti. ( <b>Menanya</b> )<br>3. Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpikir, menjawab materi dan mencoba mempraktikkan teknik dasar memukul bola yang telah di amati bersama-sama. ( <b>Menalar dan Mencoba</b> )<br>4. Guru membentuk beberapa kelompok, memberikan kesempatan berdiskusi berpikir, dan menalar bagaimana menjawab pertanyaan yang telah disiapkan oleh guru.<br>5. Perwakilan satu orang setiap kelompoknya menjelaskan hasil kerja kelompoknya kepada kelompok yang lain, secara bergantian. ( <b>Mengkomunikasikan</b> ) | 6 menit       |
| Penutup           | 1. Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari proses pembelajaran materi permainan kasti, dan memberikan umpan balik kepada peserta didik pembelajaran hari ini. ( <b>Refleksi</b> )  | 2 menit       |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | 2. Kegiatan diakhiri dengan mengucapkan kata Alhamdulillah, dan ditutup dengan membaca do'a yang dipimpin ketua kelas. |  |
|--|--|--|

### C. PENILAIAN

- Penilaian sikap dilakukan dalam bentuk pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung.  
Diakhir pembelajaran, peserta didik yang tidak disiplin atau bermain saat belajar diberikan nasihat agar ke depan setiap mengikuti proses pembelajaran dengan guru yang lain tidak mengulanginya kembali.
- Penilaian Pengetahuan dilakukan melalui tes tulis; LKPD melalui *google form* bentuk soal pilihan ganda.
  - <https://forms.gle/vWTi1gKcmpnf9nbM6>
- Penilaian keterampilan dilakukan dalam bentuk tugas praktik, peserta didik diberikan Kartu Mahir Praktik PJOK;

Aspek penilaian praktik teknik dasar memukul bola datar permainan kasti;

  - a) Sikap tubuh, dan posisi tubuh pada tahapan awal memukul bola.
  - b) Cara memegang tongkat pemukul, dan pandangan arah mata.
  - c) Ayunan tongkat pemukul tepat dengan perkenaan bola.
  - d) Hasil pukulan bola.

**KARTU MAHIR PRAKTIK**  
"Pukulan Bola Datar"



Kartu ini menjadi bagian literasi, mengajarkan belajar aktif membaca, terampil mandiri dalam menyelesaikan tugas praktiknya, melatih afektif, psikomotorik, dan kognitif peserta didik. Namun tetap dalam pantauan guru, dan peran aktif orang tua.

- **Tahapan Awal.** a) Sikap tubuh berdiri dengan salah satu kaki di depan dan rileks. b) Salah satu tangan memegang tongkat pemukul, dan posisi tubuh menghadap ke samping.
- **Tahapan Gerakan.** Tangan yang memegang tongkat tarik ke belakang atas, dan pusatkan mata ke arah bola.
- **Tahapan Lanjutan.** Lakukan ayunan tongkat pemukul sejajar pinggang, pandangan mata ke arah datang bola, dan tepat perkenaan bola di tengah tongkat pemukul.
- **Tahapan Akhir.** Ayunan tongkat pemukul di ayun dari depan sampai ke belakang, guna menghasilkan pukulan bola yang kuat.

### D. SUMBER BELAJAR DAN MEDIA

- Buku PJOK Tiga Serangkai dan Modul PJOK
- Gambar dan video yang di tampilkan melalui proyektor

Tanjung Redeb, 4 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala Sekolah



**SATRIA. K. MENTEMAS, S.Pd.**  
NIP. 197101281995062001

Guru PJOK



**ENGGAR WAHYU. N. A, S.Pd.**  
NIP. 198503122010011011