

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD Negeri 1 Bandar Baru  
Kelas / Semester : IV (Empat) / Ganjil  
Mata Pelajaran : PJOK  
Materi Pokok : Variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar.  
Sub. Materi : Variasi gerak dasar lompat dan loncat.  
Pembelajaran : 1  
Alokasi Waktu : 10 menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran peserta didik diharapkan mampu:

1. Menjelaskan variasi gerak dasar lompat dan loncat
2. Mempraktikkan variasi gerak dasar lompat dan loncat

### B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Pembelajaran dimulai dengan guru memberi salam, guru memimpin doa, mengecek kehadiran peserta didik.</li><li>✓ Guru mengingatkan peserta didik tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kebugaran dimasa pandemi covid-19 dengan memakai masker, rajin cuci tangan dan menjaga jarak.</li><li>✓ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.</li><li>✓ Guru mengaitkan materi yang lalu gerak dasar lari dengan materi yang akan berlangsung gerak dasar lompat dan loncat serta menghubungkannya dalam kehidupan sehari-hari.</li></ul>	2 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Guru menjelaskan pengertian lompat dan loncat</li><li>✓ Guru memimpin diskusi dengan tema variasi gerak dasar lompat dan loncat. (variasi loncat keatas dan loncat jauh dan variasi lompat raih dan lompat jauh)</li><li>✓ Guru menyimpulkan hasil diskusi peserta didik.</li></ul>	6 menit
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang materi yang belum di pahami.</li><li>✓ Guru memberikan penguatan kembali tentang materi variasi lompat dan loncat</li><li>✓ Guru mengingatkan materi pertemuan selanjutnya tentang variasi lempar turbo.</li><li>✓ Guru menutup pelajaran dengan doa.</li></ul>	2 menit

### C. PENILAIAN

#### 1. Penilaian sikap:

No.	Nama/Kelompok	Disiplin	Sopan	Jujur	Tanggungjawab
1.					
2.					
3.					

#### 2. Penilaian Pengetahuan:

Penilaian dilakukan dengan LKPD

#### 3. Penilaian Keterampilan:

Penilaian dilakukan dari hasil diskusi kelompok yang dilakukan peserta didik

Mengetahui,  
Kepala SDN 1 Bandar Baru

Lueng Putu 4 Januari 2022  
Guru PJOK

**Hj. Mariaton, S.Pd**  
Nip.196409181986102001

**Misran, S.Pd**  
Nip.198606262014031001