

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SDN 1 Kedungtuban  
Kelas /Semester : 4 / 2 (dua )  
Tema 6 : Cita-Citaku  
Subtema 1 : Aku dan Cita-Citaku  
Pembelajaran ke- : 1  
Peertemuan ke- : 1 (*satu*)  
Fokus Pembelajaran : PJOK  
Alokasi Waktu : 10 Menit

### A. KOMPETENSI INTI (KI)

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

#### PJOK

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.3 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari melalui permainan dan atau olahraga tradisional	3.1.1 Mengenal kombinasi gerak dasar lokomotor jalan cepat dan lari melalui permainan tentang lingkungan hidup.
4.1 mempraktikkan pola gerak dasar lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan	4.1.1 mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor jalan cepat dan lari melalui permainan tentang lingkungan hidup

### C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyaksikan simulasi dan mendengar penjelasan guru, siswa mampu menjelaskan berbagai kombinasi gerak dasar atletik jalan dan lari dengan tertib dan teliti.
2. Dengan menyaksikan simulasi dan mendengar penjelasan guru, siswa mampu mempraktikkan kombinasi gerak dasar atletik jalan dan lari melalui permainan

### D. METODE PEMBELAJARAN

Pendekatan Pembelajaran : Saintifik.  
Metode Pembelajaran : Simulasi, percobaan, diskusi, tanya jawab, penugasan, dan ceramah.

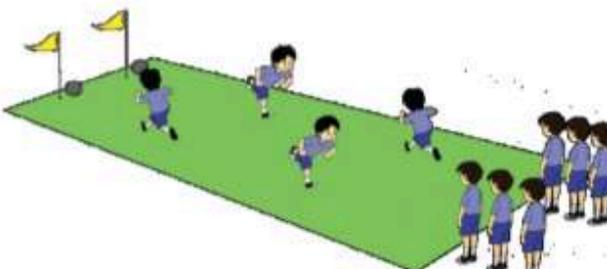
E. **MEDIA/ALAT, BAHAN, DAN SUMBER BELAJAR**

Media/Alat : 1. Teks bacaan.  
2. Alat musik tradisional daerah masing-masing.  
3. Beragam benda di kelas dan lingkungan sekitar.

Bahan :-

Sumber Belajar : 1. *Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4, Tema 6 Cita - Citaku: . Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 (Revisi 2017). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.*

F. **LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa.</li> <li>• Kelas dilanjutkan dengan doa dipimpin oleh salah seorang siswa.</li> <li>• Siswa difasilitasi untuk bertanya jawab pentingnya mengawali setiap kegiatan dengan doa. Selain berdoa, guru dapat memberikan penguatan tentang sikap syukur.</li> <li>• Siswa diajak menyanyikan Lagu Indonesia Raya. Guru memberikan penguatan tentang pentingnya menanamkan semangat kebangsaan.</li> <li>• Siswa diminta memeriksa kerapian diri dan kebersihan kelas.</li> <li>• Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.</li> <li>• Siswa menyimak penjelasan guru tentang pentingnya sikap <i>disiplin</i> yang akan dikembangkan dalam pembelajaran.</li> <li>• Pembiasaan membaca. Siswa dan guru mendiskusikan perkembangan kegiatan literasi yang telah dilakukan.</li> <li>• Siswa diajak menyanyikan lagu daerah setempat untuk menyegarkan suasana kembali.</li> </ul>	2 menit
Kegiatan inti	<p><b>Langkah-Langkah Kegiatan:</b></p> <p><b>SPRINT (LARI CEPAT)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian Sprint atau lari cepat</li> <li>• Sprint atau lari cepat merupakan salah satu nomor lomba dalam cabang olahraga atletik. Sprint atau lari cepat merupakan perlombaan lari di mana peserta berlari dengan kecepatan maksimal sejak start sampai finish sepanjang jarak yang ditempuh. Pembelajaran lari</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. Lomba lari berkelompok</li> <li>• Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang sama banyak</li> </ul>	6 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru membuat lintasan lari dengan jarak 8-10 meter, di garis finish ditaruh patok sebagai penanda.</li> <li>• Semua anggota tim berdiri di belakang garis start</li> <li>• Pada isyarat tertentu anggota pertama dari setiap tim lari menuju patok, kemudian berputar pada patok itu dan kembali menuju garis start tempat anggota tim berikutnya berdiri.</li> <li>• Begitu seterusnya sampai semua anggota tim melakukan hal serupa.</li> </ul>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung:</li> <li>• Apa saja yang telah dipelajari dari kegiatan hari ini?</li> <li>• Apa yang akan dilakukan untuk menghargai perbedaan di sekitar?</li> <li>• Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini.</li> <li>• Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orang tua yaitu: <i>meminta orang tua untuk menceritakan pengalamannya menghargai perbedaan di lingkungan sekitar rumah lalu menceritakan hasilnya kepada guru.</i></li> <li>• Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap <b>disiplin</b>.</li> <li>• Siswa melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas.</li> <li>• Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.</li> </ul>	2 menit

- G. **PENILAIAN**
1. Teknik Penilaian
- a. Penilaian Sikap: Lembar Observasi
- b. Penilaian Pengetahuan: Tes
- c. Penilaian Keterampilan: Unjuk

#### Keterampilan

1. PJOK dinilai dengan rubrik.

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)
1. Melakukan gerak dasar lari	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaki melangkah lebar dan secepat mungkin</li> <li>• Lengan diayunkan secara bergantian dan konsisten</li> <li>• Sikap posisi badan agak condong ke depan</li> </ul>	Jika siswa mampu melakukan dua kriteria dengan benar (√)	Jika siswa mampu melakukan dua kriteria dengan tidak benar

$$\text{Penilaian ( penskoran ) ; } \frac{\text{Total Nilai Siswa}}{\text{Total Nilai Maksimal}} \times 10$$

Blora, 2022  
Calon Fasilitator

JUWADI, S.Pd