

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
SIMULASI MENGAJAR**

Sekolah : SD N Banyubiru 04
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IV/ I
Topik 4 Simulasi : Kids Atletik Nomor Lempar*/ lari*/ lompat*
Materi : Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang dan lompat jauh
Alokasi Waktu : 10 menit

A. Tujuan Pembelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator
3.3 Memahami variasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang dan lompat jauh	3.3.1 Menjelaskan variasi gerak dasar lari gawang dengan tepat 3.3.2 Mengidentifikasi variasi gerak dasar lompat jauh dengan benar

Peserta didik dapat memahami variasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang, dan lompat jauh dengan menggunakan aktivitas yang menyenangkan, peserta didik dengan penuh tanggung jawab serta menerapkan sikap disiplin selama proses pembelajaran dan mampu mengungkapkan ide dan gagasannya. Karakter yang akan terbentuk

- Tanggung jawab
- Bersikap Jujur
- Percaya diri dan pantang menyerah

B. Metode pembelajaran dan Sumber Belajar

1. Pendekatan Scientific
2. Model Discovery learning
3. Video dari youtube tentang lari gawang di link <https://youtu.be/gtghL3Ojg9A> dan lompat jauh di link <https://youtu.be/A6JXjZlJvJU>
4. Buku panduan pegangan guru kurikulum 2013 penjasorkes kelas 4 penerbit erlangga.
5. Buku LKS Penjasorkes K-13 SD/MI Semester 1 Penerbit Dimensi
6. Alat peraga berupa gawang, tiang bendera, kun , meteran dan tali rafia

C. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Guru memberi salam pembuka dan dijawab oleh peserta didik - Guru mengajak siswa berdoa dipimpin oleh siswa yang berangkat paling awal. - Guru mempresensi peserta didik untuk melatih sikap disiplin - Guru menanyakan kabar kepada siswa “Semoga selalu sehat selalu ya ! ”. Dan memastikan peserta didik dapat mengikuti pelajaran. - Memberikan motivasi kepada peserta didik, Salam Olahraga 3x Guru : Salam Olahraga ..! , Siswa : Jaya...! - Guru Menghubungkan materi dengan kegiatan sehari-hari / pengalaman peserta didik - Guru memberikan penjelasan tentang tujuan pembelajaran dan ruang lingkup pembelajaran - Guru memfasilitasi permainan kecil, Ice Breaking untuk menstimulus semangat peserta didik. Ice Breaking :Pemanasan cepat : 1-8; 4x , 1-4; 4x , 1-2; 4x , 1-1; 4x , Teriak ... Yesss!! 	3 menit
Inti	Pembelajaran inovatif yang aktif, kreatif dan menyenangkan Mengamati <ul style="list-style-type: none"> - Guru mengarahkan peserta didik untuk mengamati video serta mendengarkan penjelasan secara seksama 	5 menit

	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik diberikan motivasi dan rangsangan untuk memusatkan perhatian pada materi yang disampaikan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mengidentifikasi pertanyaan berkaitan dengan materi yang telah disampaikan guru. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik membentuk kelompok sesuai arahan dari guru dengan tidak membeda-bedakan teman. Bekerja sama dalam kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi dan saling bertukar informasi tentang lari gawang dan lompat jauh. - Guru memfasilitasi peserta didik untuk memperagakan gerakan lari gawang dan lompat jauh. <p>Menyimpulkan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mengumpulkan informasi sesuai dengan penjelasan guru, video dan pertanyaan-pertanyaan yang ada sehingga dapat memahami gerakan lari gawang dan lompat jauh - Guru membimbing peserta didik untuk membuat kesimpulan dengan kegiatannya. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru mengarahkan peserta didik untuk menuliskan hasil kerjanya pada selembar kertas kemudian diceritakannya kepada guru untuk diberi nilai. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Guru memberikan penguatan dan Kesimpulan materi yang telah dipelajari - Guru merefleksi kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan - Guru melakukan evaluasi pembelajaran dan menugasi peserta didik untuk mempelajari materi selanjutnya - Guru menunjuk salah satu siswa untuk memimpin do'a penutup. 	2 menit

D. Penilaian

1. Penilaian Sikap : Pengamatan (Observasi)
2. Penilaian Pengetahuan : Tes tertulis dengan menunjukkan pengetahuan variasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang, dan lompat jauh
3. Penilaian Keterampilan : Praktek dengan memperagakan gerakan lari gawang dan lompat jauh

Strategi dan alat penilaian

Penilaian Sikap

- Strategi : Pengamatan sikap peserta didik saat proses pembelajaran
- Alat : Lembar Observasi peserta didik

No	Tanggal	Nama Siswa	Aspek yang dinilai	Catatan guru	Tindak lanjut
1					
2					
dst					

Penilaian Pengetahuan

Instrumen penilaian Pengetahuan:

Penilaian secara lisan atau tulisan, pertanyaan-pertanyaan mengenai variasi gerak dasar lari gawang dan lompat jauh. Soal dan pedoman penskoran terdapat dalam LKPD.

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Nama Peserta Didik :

Kelas : 4

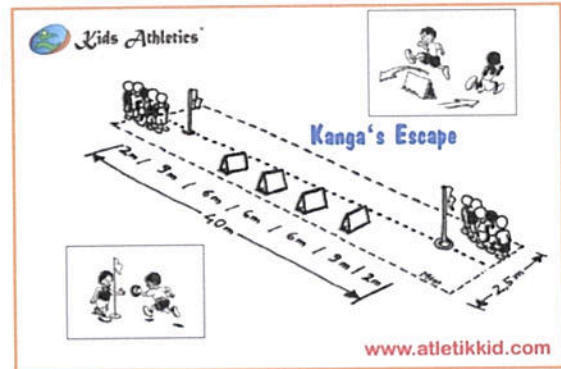
Materi : Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang dan lompat jauh

Tujuan Pembelajaran : Peserta didik dapat memahami variasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang, dan lompat jauh dengan menggunakan aktivitas yang menyenangkan

Langkah -Langkah :

3.3.1 Menjelaskan variasi gerak dasar lari gawang dengan tepat

1. Perhatikan gambar di samping !
2. Diskusikan dengan teman sekelompok, Tentang variasi dan kombinasi gerak dasar jalan cepat, lari gawang !

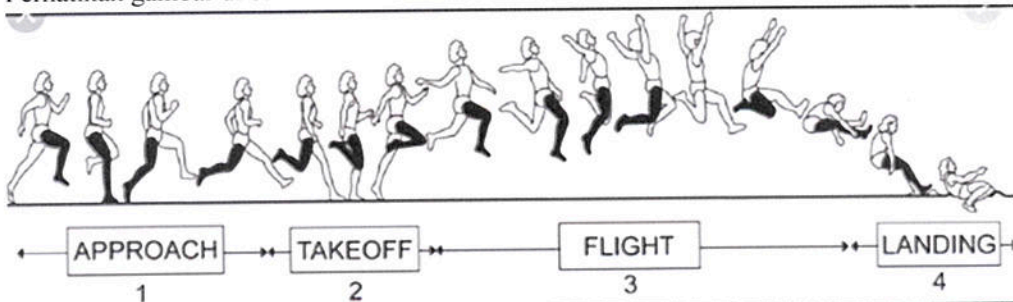


Ayo mencoba 1

1. Lari gawang adalah ...
2. Lari gawang bertujuan untuk melatih
3. Berapa jumlah gawang yang digunakan dalam permainan Kanga's escape ...

3.3.2 Mengidentifikasi variasi gerak dasar lompat jauh dengan benar

1. Perhatikan gambar di bawah ini ! 2.



2. Diskusikan dengan teman sekelompok, Mengidentifikasi variasi gerak dasar lompat jauh dengan benar.

Ayo mencoba 1

1. Tempat melakukan lompat jauh disebut ...
2. Sebutkan 4 tahapan teknik dasar lompat jauh ...

Kunci Jawaban

3.3.1 Menjelaskan variasi gerak dasar lari gawang dengan tepat

- No. 1 . Lari gawang adalah permainan yang menggabungkan lari dan lompat
- No. 2. Untuk melatih Kelincahan dan ketangkasan
- No. 3. 4 buah

3.3.2 Mengidentifikasi variasi gerak dasar lompat jauh dengan benar

No. 1. Bak lompat

No. 2. Awalan, Tolakan, Melayang dan Mendarat

Penskoran:

- Skor 20 (Jika Jawaban benar)
- Skor 15 (Jika jawaban mendekati benar)
- Skor 10 (Jika jawaban hanya Sebagian yang benar)
- Skor 5 (jika jawaban salah)

Skor Maksimum = $20 \times 5 = 100$

Nilai Akhir = Skor yang diperoleh / skor maksimum x 100

Penilaian Keterampilan

Rubrik

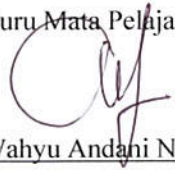
Nama siswa	Ketrampilan	Sangat Baik	Baik	Cukup Baik	Kurang Baik	Skor
	1. Siswa terampil melakukan gerakan lari gawang					
	2. Siswa terampil melakukan gerakan lompat jauh					
JumlahSkor						

Banyubiru, 3 Januari 2022


Mengetahui,
Kepala Sekolah

Marwoto, S.Pd
NIP.196309231988031005

Guru Mata Pelajaran


Wahyu Andani N, S.Pd
NIP. -