

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



REVISI 2020

TAPEL
2021/2022

SYEKAN ATTAHILA, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199412312020121001

KELAS IV (EMPAT)
SEMESTER GENAP

PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA KESEHATAN

SDN PERCONTOHAN
KOTA MAKASSAR

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Percontohan
Kelas / Semester	: IV (Empat) / II (Genap)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 6	: Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak Dominan dalam Gerakan Senam Lantai
Pembelajaran	: 1
Alokasi Waktu	: 1 Pertemuan

A. Kompetensi Dasar (KD)	
	<p>3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai.</p> <p>4.6 mempraktikkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai.</p>
B. Tujuan Pembelajaran	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah tanya jawab dan membaca teks, siswa dapat menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dengan benar. 2. Melalui pengamatan, siswa dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dengan benar.
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
	<ul style="list-style-type: none"> • Orientasi, apersepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai anti korupsi
Kegiatan Inti (55 Menit)	
	<ul style="list-style-type: none"> • Guru mengarahkan siswa mempelajari variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam lantai tanpa alat. Guru meminta siswa membaca teks variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam lantai tanpa alat (eksplorasi pengetahuan). Materi ini terdapat pada buku siswa halaman 125. • Guru meminta siswa mengerjakan Kegiatan: Ayo, Berdikusi! pada buku siswa halaman 125. • Guru mengarahkan siswa melakukan pemanasan dan mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam lantai tanpa alat. <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan mengenai gerakan sikap lilin dan jangkit berantai. Guru meminta siswa mengamati guru dan siswa (model) dalam memperagakan sikap lilin dan jangkit berantai. 2. Guru memberi kesempatan siswa menanya gerakan tersebut. Guru mengarahkan siswa untuk mengeksplorasi pengetahuan dengan mencari informasi terkait sikap lilin dan jangkit berantai. 3. Guru membimbing siswa untuk mencoba mempraktikkan gerakan tersebut dalam rubrik Ayo, Lakukan! pada buku siswa halaman 127. 4. Guru memberikan materi kayang, kangkang berpasangan, dan sikap pesawat terbang. Guru meminta siswa menyimak penjelasan cara melakukan kayang, kangkang berpasangan, dan sikap pesawat terbang. 5. Guru meminta siswa mengamati guru dan siswa (model) dalam mempraktikkan gerakan tersebut. Guru memberi kesempatan siswa menanya jika ada gerakan yang belum dipahami. 6. Guru mengarahkan siswa untuk mencoba menirukan gerakan guru tersebut bersama temannya. Guru membimbing siswa jika ada gerakan yang masih kurang benar. 7. Guru meminta siswa mengamati gerakan temannya dan memberikan umpan balik (respons). • Guru menugasi siswa mempraktikkan Variasi Gerak Senam Lantai! pada buku siswa halaman 129. • Siswa melakukan kegiatan berikut. <ol style="list-style-type: none"> a. Sikap lilin selama 30 detik. b. Gerakan kayang berpasangan. c. Gerakan kangkang berpasangan
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
	<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama
D. Penilaian	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan Teknik penilaian, yaitu tes praktik. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

Mengetahui:
Kepala SDN Percontohan,

Makassar, 2022
Guru Mata Pelajaran PJOK,

BAHSYAM BAHARUDDIN, S.Pd., M.M.
NIP. 196712311988031001

SYEKAN ATTAHILA, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199412312020121001

RUBRIK PENILAIAN

Kelas / Semester	: IV (Empat) / II (Genap)
Mata Pembelajaran	: PJOK
Pelajaran 6	: Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak Dominan dalam Gerakan Senam Lantai
Pembelajaran	: 1 – 2 – 3

Penilaian/Evaluasi

Pada pembelajaran guru melakukan penilaian sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Penilaian sikap terkait perilaku siswa dilakukan selama pembelajaran.

1. Penilaian Sikap Spiritual dan Sikap Sosial

Teknik penilaian sikap melalui pengamatan. Instrumen penilaian dapat berupa jurnal. Format penilaian sikap mengacu pada halaman 20.

2. Format Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan. Guru dapat melakukan penilaian ini melalui Penilaian Pengetahuan berikut.

a. Teknik penilaian, yaitu tertulis.

b. Instrumen penilaian, yaitu soal pilihan ganda (10 butir) dan uraian (5 butir).

1) Soal pilihan ganda Kunci Jawaban

1. c ; 2. b ; 3. A ; 4. D ; 5. C ; 6. d ; 7. B ; 8. b ; 9. C ; 10. C

Jawaban benar (skor 1); jawaban salah (skor 0) Jumlah skor PG = 10. 2) Soal uraian

2) Soal uraian

Nomor soal	Kriteria	Skor
1	a. Kamu tidur telentang di atas matras. Kedua tangan menyangga punggung pada sisi badan. Rapatkan kedua kaki.	1
	b. Masih dalam posisi kaki rapat, angkat kedua kaki.	1
	c. Tarik kaki setinggi mungkin, tahan menggunakan kedua tangan menopang di punggung. Gunakan semua jari untuk menopang.	1
	d. Tarik kaki sampai lurus, ujung kaki sejajar dengan bahu.	1
2	a. Melompati rintangan.	1
	b. Senam dengan tongkat.	1
	b. Bergantung dengan kombinasi mengayun	1
	c. Variasi dan kombinasi pola gerak dominan bertumpu, tolakan, berputar, dan mendarat pada guling ke samping.	1
	d. Variasi dan kombinasi pola gerak dominan bertumpu, tolakan, berputar, dan mendarat pada guling ke depan.	1
	e. Variasi dan kombinasi pola gerak dominan bertumpu, tolakan, berputar, dan mendarat pada guling ke belakang.	1
f. Variasi dan kombinasi pola gerak dominan bertumpu, tolakan, berputar, dan mendarat pada guling di atas peti	1	

3	Jangkit berantai dapat dilakukan dengan dua variasi. Pertama, mengangkat kaki kiri dan melakukan lompatan jangkit bersama-sama. Kedua, mengangkat kaki kanan dan melakukan lompatan jangkit bersama-sama.	2
	Cara melakukan jangkit berantai sebagai berikut. a. Buatlah kelompok beranggotakan tiga atau empat orang anak. Buatlah barisan lurus.	2
	b. Tiap-tiap anak mengangkat salah satu kaki supaya dipegang oleh teman di belakangnya.	
Nomor soal	Kriteria	Skor
	c. Dalam keadaan kaki terpegang, lakukan lompatan jangkit bersama menempuh jarak lima meter.	
4	Mengambil awalan dengan jarak lebih kurang 3 meter.	1
	Mengambil awalan disesuaikan dengan tinggi boks.	1
5	Posisi awal, sikap berdiri tegak dan meloncat untuk memegang palang. Pegangan dapat menggunakan pegangan atas, pegangan bawah, atau pegangan campuran. Bergantung lurus dan kedua kaki terangkat dari tanah.	2
	Ayunkan kedua tungkai ke depan dan belakang hingga tubuh mengayun. Sebelum mendarat, kurangi ayunan secara perlahan.	2
	Posisi akhir, mendarat dengan kedua kaki agak mengeper.	
Jumlah skor maksimum yang diperoleh		20
Nilai akhir		

3. Format Penilaian Keterampilan

Penilaian keterampilan untuk menilai kinerja, yaitu penilaian yang menuntut siswa mendemonstrasikan kompetensi tertentu dengan tes praktik atau unjuk kerja.

a) Teknik penilaian, yaitu tes praktik.

b) Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

1) Lembar penilaian keterampilan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa alat dan/atau dengan alat.

2) Lembar penilaian keterampilan.

c) Butir soal keterampilan

1) Keterampilan latihan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa alat.

2) Keterampilan latihan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam dengan alat.

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		4	3	2	1
1.	Mempraktikkan keterampilan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa alat.				
2.	Mempraktikkan keterampilan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam dengan alat.				
Jumlah skor yang diperoleh					
Nilai akhir					

Ketentuan penskoran :

- Keterampilan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa alat.
Indikator penilaian

- a. Melakukan sikap lilin selama 30 detik.
 - b. Melakukan jangkit berantai sejauh 10 meter.
 - c. Melakukan gerakan kayang dengan benar.
 - d. Melakukan lompat kangkang berpasangan selama 30 detik.
 - e. Melakukan sikap pesawat terbang selama 30 detik.
2. Keterampilan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam dengan alat.
- a. Melompati rintangan atau gawang tanpa menyentuh rintangan.
 - b. Bergantung dengan kombinasi mengayun selama 8X
 - c. Melakukan guling ke samping sesuai urutan langkah.
 - d. Melakukan guling ke depan sesuai urutan langkah.
 - e. Melakukan guling ke belakang sesuai urutan langkah.

Penskoran:

- Skor 4, jika melakukan 4-5 variasi dan kombinasi pola gerak dominan dengan benar.
- Skor 3, jika melakukan tiga variasi dan kombinasi pola gerak dominan dengan benar.
- Skor 2, jika melakukan dua variasi dan kombinasi pola gerak dominan dengan benar.
- Skor 1, jika melakukan satu variasi dan kombinasi pola gerak dominan dengan benar.

Skor maksimum : $2 \times 4 = 8$

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$$

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$$

Pengayaan

Pada pembelajaran pengayaan, guru memberikan tes keterampilan atau unjuk kerja seperti berikut.

1. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak guling ke depan dan guling ke belakang diawali dengan sikap lilin.
2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak guling ke depan dan guling ke belakang diawali dengan lari melompati rintangan.

Remedial

Remedial diberikan kepada siswa yang memiliki nilai di bawah ketuntasan belajar minimum (KBM). Materi remedial diberikan sesuai indikator pencapaian kompetensi yang belum dikuasai oleh siswa, baik pengetahuan maupun keterampilan. Pelaksanaan remedial sesuai petunjuk pada halaman 26.

Interaksi Guru dan Orang Tua

Orang tua dapat mengawasi siswa saat melakukan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam lantai.

TERBARU RPP 1 LEMBAR PTM REVISI 2020

**FILE LENGKAP RPP PJOK KELAS 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 SEMESTER
GENAP BESERTA KELENGKAPAN ADMINISTRASI GURU
LAINNYA DALAM BENTUK *WORD/DOC***

**FILE SAYA EDITKAN SESUAI DATA GURU
DALAM BENTUK *WORD/DOC* SIAP *PRINT OUT***

WA : 0823 1223 7773

Klik WhatsApp : bit.ly/3fTFyxJ

0823 1223 7773

PERANGKAT PEMBELAJARAN K13 REVISI 2020

EDARAN MENDIKBUD NO. 14 THN 2019 (1 LEMBAR)

PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

**SEMESTER GANJIL-GENAP
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

1. RPP PJOK KELAS 1 s.d 6
2. RUBRIK PENILAIAN RPP KELAS 1 s.d 6
3. SILABUS KELAS 1 s.d 6
4. KKM KELAS 1 s.d 6
5. PEMETAAN KD KELAS 1 s.d 6
6. PROGRAM SEMESTER KELAS 1 s.d 6
7. PROGRAM TAHUNAN KELAS 1 s.d 6
8. JURNAL HARIAN KELAS 1 s.d 6
9. APLIKASI RAPORT KELAS 1 s.d 6



0823 1223 7773

SILABUS PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
Kelas / Semester : IV (Empat) / II (Genap)
Tahun Pelajaran : 2021/2022

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
3.6 4.6	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat 2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat	Pelajaran 6 Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak Dominan dalam Gerakan Senam Lantai Pembelajaran 1	<ul style="list-style-type: none"> Guru mengarahkan siswa mempelajari variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam lantai tanpa alat. Guru meminta siswa mengerjakan Kegiatan: Ayo, Berdikusi! pada buku siswa halaman 125. Guru mengarahkan siswa melakukan pemanasan Guru menjelaskan mengenai gerakan sikap lilin dan jangkit berantai. Guru meminta siswa mengamati guru dan siswa (model) dalam memperagakan sikap lilin dan jangkit berantai. Guru memberi kesempatan siswa menanya gerakan tersebut. Guru membimbing siswa untuk mencoba mempraktikkan gerakan tersebut dalam rubrik Ayo, Lakukan! pada buku siswa halaman 127. Guru memberikan materi kayang, kangkang berpasangan, dan sikap pesawat terbang. Guru meminta siswa menyimak penjelasan cara melakukan kayang, kangkang berpasangan, dan sikap pesawat terbang. Guru meminta siswa mengamati guru dan siswa (model) dalam mempraktikkan gerakan tersebut. Guru mengarahkan siswa untuk mencoba menirukan gerakan guru tersebut bersama temannya. Guru membimbing siswa jika ada gerakan yang masih kurang benar. Guru meminta siswa mengamati gerakan temannya dan memberikan umpan balik (respons). Guru menugasi siswa mempraktikkan Variasi Gerak Senam Lantai 	<ul style="list-style-type: none"> Religius Nasionalis Mandiri Gotong Royong Integritas Anti korupsi 	Sikap: <ul style="list-style-type: none"> Jujur Sopan Disiplin Tanggung Jawab Santun Peduli Percaya diri Kerja Sama Toleransi Demokratis Kreatif Jurnal: <ul style="list-style-type: none"> Catatan pendidik tentang sikap siswa saat di sekolah maupun informasi dari orang lain 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> Buku Guru Buku Siswa Buku lain yang relevan Media yang relevan Alat peraga olahraga & kesehatan Lingkungan sekitar
3.6 4.6	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat 2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti	Pelajaran 6 Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak Dominan dalam Gerakan Senam Lantai Pembelajaran 2	<ul style="list-style-type: none"> Guru mengajak siswa mempelajari variasi dan kombinasi gerak senam lantai dengan alat. Guru meminta siswa mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak senam lantai dengan alat. Guru meminta siswa berbaris dalam formasi berbanjar. Guru menyampaikan materi melompati rintangan atau gawang, senam dengan tongkat, dan bergantung dengan kombinasi mengayun pada palang. Siswa diminta menyimak penjelasan mengenai variasi dan kombinasi 	<ul style="list-style-type: none"> Religius Nasionalis Mandiri Gotong Royong Integritas Anti korupsi 	Penilaian Diri: <ul style="list-style-type: none"> Daftar cek tentang sikap siswa saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> Buku Guru Buku Siswa Buku lain yang relevan Media yang relevan Alat peraga olahraga &

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
	lompat, dan kuda-kuda lompat.		<p>gerakan senam lantai tersebut. Guru meminta siswa mengamati guru dalam mempraktikkan gerakan melompati rintangan atau gawang, senam dengan tongkat, dan bergantung dengan kombinasi mengayun pada palang.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan materi variasi dan kombinasi pola gerak dominan pada guling ke samping. Siswa diminta menyimak penjelasan guru cara melakukan gerakan guling ke samping. • Guru meminta siswa mengamati gerakan guru dalam mempraktikkan guling ke samping. Guru memberi kesempatan siswa menanya jika ada gerakan yang dianggap sulit. • Guru meminta siswa mencoba mempraktikkan gerakan tersebut bersama teman secara tanggung jawab. Siswa diminta merasakan gerakan yang dilakukannya. 		<ul style="list-style-type: none"> • Keterampilan • Pengayaan • Remedial • Interaksi Guru dan Orang Tua 		<p>kesehatan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lingkungan sekitar

PEMETAAN KI & KD PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : IV (Empat) / II (Genap)
 Tahun Pelajaran : 2021/2022

Pembelajaran		Kompetensi Inti (KI)	Kompetensi Dasar (KD)
1	Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak	KI – 1 ; KI – 2	3.6
	Dominan dalam Gerakan Senam Lantai	KI – 3 ; KI – 4	4.6
2	Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak	KI – 1 ; KI – 2	3.6
	Dominan dalam Gerakan Senam Lantai	KI – 3 ; KI – 4	4.6
3	Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak	KI – 1 ; KI – 2	3.6
	Dominan dalam Gerakan Senam Lantai	KI – 3 ; KI – 4	4.6

JURNAL HARIAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : IV (Empat) / II (Genap)
 Tahun Pelajaran : 2021/2022

Pelajaran 6 : Variasi dan Kombinasi Berbagai Pola Gerak Dominan dalam Gerakan Senam Lantai

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 1

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.6 4.6	3. Menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat 4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat	Variasi dan kombinasi pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat	3. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 4. Penilaian Keterampilan Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 5. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 2

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.6 4.6	3. Menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat 4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat.	Variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat	1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan 3. Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 4. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 3

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.6 4.6	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat 2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat.	Variasi dan kombinasi pola gerak dominan dalam senam menggunakan alat	1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan 3. Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 4. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

TERBARU RPP 1 LEMBAR PTM REVISI 2020

**FILE LENGKAP RPP PJOK KELAS 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 SEMESTER
GENAP BESERTA KELENGKAPAN ADMINISTRASI GURU
LAINNYA DALAM BENTUK *WORD/DOC***

**FILE SAYA EDITKAN SESUAI DATA GURU
DALAM BENTUK *WORD/DOC* SIAP *PRINT OUT***

WA : 0823 1223 7773

Klik WhatsApp : bit.ly/3fTFyxJ

0823 1223 7773

PERANGKAT PEMBELAJARAN K13 REVISI 2020

EDARAN MENDIKBUD NO. 14 THN 2019 (1 LEMBAR)

PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

**SEMESTER GANJIL-GENAP
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

1. RPP PJOK KELAS 1 s.d 6
2. RUBRIK PENILAIAN RPP KELAS 1 s.d 6
3. SILABUS KELAS 1 s.d 6
4. KKM KELAS 1 s.d 6
5. PEMETAAN KD KELAS 1 s.d 6
6. PROGRAM SEMESTER KELAS 1 s.d 6
7. PROGRAM TAHUNAN KELAS 1 s.d 6
8. JURNAL HARIAN KELAS 1 s.d 6
9. APLIKASI RAPORT KELAS 1 s.d 6



0823 1223 7773