

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



REVISI 2020

TAPEL
2021/2022

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

**KELAS V (LIMA)
SEMESTER GENAP**

**PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA KESEHATAN**

**SDN PERCONTOHAN
KOTA MAKASSAR**

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : V (Lima) / II (Genap)
 Mata Pelajaran : PJOK
 Pelajaran 6 : Kombinasi Gerak Dominan pada Senam Ketangkasan Menggunakan Alat
 Pembelajaran : 1
 Alokasi Waktu : 1 Pertemuan

A. Kompetensi Dasar (KD)	
	<p>3.6 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat</p> <p>4.6 mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat</p>
B. Tujuan Pembelajaran	
	<ol style="list-style-type: none"> Dengan berdiskusi, siswa mampu menjelaskan kombinasi pola gerak dominan senam menggunakan alat seperti melompat, menggantung, mengayun, meniti, dan mendarat. Dengan membaca, siswa mampu mendeskripsikan kombinasi gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat. Melalui pengamatan, siswa mampu mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan senam menggunakan alat seperti melompat, menggantung, mengayun, meniti, dan mendarat. Melalui pengamatan, siswa mampu mempraktikkan kombinasi gerak dominan dalam senam menggunakan alat seperti palang pegangan, peti lompat, dan kuda-kuda lompat.
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"> Siswa mengamati gambar seorang anak sedang melompati peti lompat. Siswa diarahkan membaca materi gerak dominan senam ketangkasan (buku siswa halaman 125). Siswa mendeskripsikan gerak dasar senam ketangkasan. Siswa mengerjakan Kegiatan: Ayo, Mengamati Gambar! pada buku siswa halaman 125. Guru menerapkan model pembelajaran inkuiri. Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai senam ketangkasan. Siswa membaca materi gerak dominan senam ketangkasan. Guru mengajak siswa melakukan kegiatan pemanasan Siswa mempraktikkan gerak dominan senam ketangkasan. Langkah-langkah sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Siswa dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pengamat dan kelompok pelaku. Kedua kelompok juga akan bertukar peran dalam pembelajaran. Siswa mendengarkan penjelasan guru terkait gerak dominan senam ketangkasan. Guru memberikan contoh peragaan gerak berlari dan melompat. Siswa mengamati peragaan guru secara cermat. Siswa mempraktikkan gerak berjalan dan melompat seperti petunjuk Ayo, Lakukan! (buku siswa halaman 126). Guru menjelaskan dan memberi contoh peragaan gerak meloncat dan menggantung. Siswa mempraktikkan gerak ini seperti petunjuk Ayo, Lakukan! (buku siswa halaman 127). Siswa melakukan gerak meloncat dan menggantung dengan kedua tangan pada palang sejajar. Siswa mempraktikkan ragam teknik pegangan. Guru menjelaskan dan memberi contoh peragaan gerak meloncat dan mengayun. Guru melakukan gerakan menggantung pada palang sejajar. Dalam posisi menggantung, kedua kaki diluruskan kemudian diayunkan ke depan. Selanjutnya, kaki ditarik kembali pada sikap semula. Siswa dapat mengamati gambar pada buku siswa halaman 128. Guru meminta siswa mempraktikkan gerak meloncat dan mengayun seperti petunjuk Ayo, Lakukan! (buku siswa halaman 128). Siswa menggantung pada dua buah palang sejajar. 	
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"> Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan. Penilaian keterampilan : tes praktik

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	: V (Lima) / II (Genap)
Mata Pembelajaran	: PJOK
Pelajaran 6	: Kombinasi Gerak Dominan pada Senam
Pembelajaran	: Ketangkasan Menggunakan Alat
	: 1 – 2 – 3 – 4

Penilaian/Evaluasi

Pada pembelajaran ini, guru melakukan penilaian sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Penilaian sikap berkenaan dengan perilaku peserta didik selama pembelajaran. Penilaian pengetahuan mencakup aspek kognitif, sedangkan penilaian keterampilan berkaitan dengan aspek psikomotor.

1. Format Penilaian Sikap Spiritual dan Sikap Sosial

- Teknik penilaian, yaitu pengamatan.
- Instrumen penilaian, yaitu jurnal.
- Contoh jurnal penilaian sikap spiritual dan sikap sosial.

Butir nilai sikap spiritual : berdoa

Butir nilai sikap sosial : kerja sama, tanggung jawab, percaya diri, disiplin, kejujuran, menghargai pendapat orang lain, dan toleransi. Penilaian sikap spiritual dan sosial dicatat dalam jurnal.

Contoh format jurnal lihat halaman 19.

2. Format Penilaian

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

- Teknik penilaian, yaitu tertulis.
- Instrumen penilaian, yaitu soal pilihan ganda (10 butir) dan uraian (5 butir).
- Kunci jawaban

1) Kunci Jawaban Pilihan Ganda

1. d 2. a 3. d 4. b 5. a 6. d 7. d 8. c 9. c 10. a

Penskoran soal pilihan ganda:

Jika benar (skor 1)

Jika salah (skor 0)

Total skor 10. 2)

Kunci Jawaban Soal Uraian

Kriteria Uraian

Nomor Soal	Kriteria	Skor
1	Gerak melompat dilakukan dengan tumpuan kedua kaki. Kedua kaki di tekuk bersiap mendorong tubuh ke atas.	1
	Saat melompat, ikuti ayunan lengan ke atas untuk menambah daya dorong dan berpegangan pada palang.	1
2	Meningkatkan kekuatan tangan.	1
	Meningkatkan daya tahan otot saat berpegangan.	1
3	Ayunan pada palang tunggal, misalnya ayunan tumpu depan.	1
	Ayunan pada palang sejajar, misalnya <i>cross support swing</i> .	1
4	Bertumpu dengan kedua kaki di tekuk. Badan dicondongkan ke depan dan kedua tangan di luruskan ke depan.	1
	Bertumpu dengan kedua kaki di tekuk. Badan dicondongkan ke depan dan kedua tangan bertumpu ke matras membatu menopang tubuh	1
5	<ul style="list-style-type: none">Pelompat mengambil ancang-ancang, sekira 10 meter dari kuda-kuda lompat.Pelompat berlari dan melompati kuda-kuda lompat.	1

Nomor Soal	Kriteria	Skor
	<ul style="list-style-type: none"> • Pelompat melompat dan mengangkakan kedua kaki. Kedua tangan menekan kuda-kuda lompat untuk menambah dorongan ke depan. • Pelompat mendarat dengan menggunakan dua kaki. 	1
Jumlah skor maksimal yang diperoleh		10
Nilai akhir		

Jumlah skor maksimum: 10

3. Format Penilaian Keterampilan

Penilaian keterampilan untuk menilai kinerja, yaitu penilaian yang menuntut peserta didik mempraktikkan kompetensi tertentu dengan tes praktik.

a) Teknik penilaian, yaitu tes praktik.

b) Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan. Lembar penilaian gerak dominan pada senam ketangkasan.

c) Butir Soal Keterampilan.

1) Pola gerak dominan pada senam ketangkasan menggantung di palang.

No.	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Menggantung di Palang			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian

(a) Sikap Awal

1. Berdiri tegak sejajar dengan palang.
2. Pandangan mengarah ke palang.
3. Kedua tangan diangkat ke atas.

Penskoran: 3 jika memenuhi 3 kriteria.
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan .
1 jika memenuhi 1 kriteria

(b) Pelaksanaan

1. Tekuk kedua kaki setengah jongkok
2. Turunkan tangan ke bawah
3. Luruskan kaki dengan kuat sambil mendorong tubuh ke atas
4. Ayunkan tangan untuk menambah dorongan
5. Tangkap palang saat dalam jangkauan

Penskoran: 4 jika memenuhi 4-5 kriteria.
3 jika memenuhi 3 kriteria
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 memenuhi 1 kriteria.

(c) Sikap akhir

1. Lepaskan pegangan dari palang
2. Mendarat dengan kedua kaki ditekuk
3. Tangan diluruskan ke depan dan badan dicondongkan ke depan

Penskoran: 3 jika memenuhi 3 kriteria.
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 jika memenuhi 1 kriteria.

2) Pola gerak dominan pada senam ketangkasan melompati peti lompat.

No.	Nama Peserta Didik	Indikator Penilaian Melompati Peti Lompat			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian

(a) Sikap Awal

1. Berdiri beberapa langkah dari peti.
2. Pandangan mengarah ke peti.
3. Badan dicondongkan ke depan sebagai awalan.

Penskoran: 3 jika memenuhi 3 kriteria.
2 jika memenuhi 2 kriteria.
1 jika memenuhi 1 kriteria.

(b) Pelaksanaan

1. Berlari ke arah peti
2. Tumpukan kedua tangan di atas peti
3. Lompati peti dengan membuka kedua kaki ke samping
4. Dorong tubuh melewati peti menggunakan tangan

Penskoran: 4 jika memenuhi 4 kriteria.
3 jika memenuhi 3 kriteria
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 memenuhi 1 kriteria.

(c) Sikap akhir

1. Mendarat menggunakan kedua kaki
2. Tangan di tarik dan diluruskan ke depan
3. Kaki di tekuk dan badan dicondongkan ke depan

Penskoran: 3 jika memenuhi 3 kriteria.
2 jika memenuhi 2 kriteria, dan
1 jika memenuhi 1 kriteria.

Pengayaan

Pembelajaran pengayaan diberikan kepada peserta didik yang telah mencapai kriteria ketuntasan minimum (KBM). Pada kegiatan pembelajaran pengayaan, guru dapat memberikan materi pengayaan dan tes keterampilan.

Remedial

Pembelajaran remedial diberikan kepada peserta didik yang memiliki nilai di bawah kriteria ketuntasan minimal (KBM). Guru mengajari dengan cara yang lebih sederhana dan melakukan tes ulang keterampilan gerak dasar senam ketangkasan sampai peserta didik benar-benar memahami materi.

Interaksi Guru dan Orang Tua Peserta didik

memperlihatkan hasil pekerjaan yang telah dinilai guru kepada orang tua. Orang tua memberikan paraf dan respons atas hasil pekerjaan peserta didik. Orang tua sebaiknya menindaklanjuti pemahaman, sikap, dan perilaku peserta didik seperti yang ditunjukkan dalam hasil penilaian. Lembar hasil penilaian yang telah diberi paraf orang tua disimpan dan menjadi portofolio peserta didik. Peserta didik dapat minta pendampingan orang tua saat berlatih melompati peti lompat atau kardus bekas di rumah. Orang tua dapat mencatat hasil penilaian dalam formulir laporan penilaian.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Percontohan
Kelas / Semester	: V (Lima) / II (Genap)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 7	: Kombinasi Gerak Dasar Langkah dan Ayunan Lengan dalam Aktivitas Berirama
Pembelajaran	: 5
Alokasi Waktu	: 1 Pertemuan

A. Kompetensi Dasar (KD)	
	<p>3.7 Memahami penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p> <p>4.7 Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>
B. Tujuan Pembelajaran	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah membaca teks, siswa siswa mampu menjelaskan gerak langkah biasa, langkah rapat, langkah depan, langkah samping, dan langkah keseimbangan dalam gerak berirama. 2. Melalui diskusi, siswa mampu mendeskripsikan gerakan mengayun lengan. 3. Setelah membaca teks, siswa mampu mendeskripsikan gerak langkah dan ayunan lengan sesuai irama. 4. Melalui pengamatan, siswa mampu mempraktikkan gerak langkah biasa, langkah rapat, langkah depan, langkah samping, dan langkah keseimbangan dalam gerak berirama. 5. Melalui pengamatan, siswa mampu mempraktikkan gerakan mengayun lengan. 6. Melalui pengamatan, siswa mampu mempraktikkan kombinasi gerak langkah dan ayunan lengan sesuai irama.
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Orientasi, aperepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai anti korupsi 	
Kegiatan Inti (55 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai gerak langkah kaki. Siswa melakukan Kegiatan: Ayo, Mencari Informasi! pada buku siswa halaman 143. • Siswa membaca materi mengenai gerak langkah biasa, langkah rapat, dan langkah depan. (pada buku siswa halaman 143). Siswa menanya materi yang belum dipahami. • Siswa mengumpulkan informasi terkait gerak langkah biasa, langkah rapat, dan langkah depan. • Siswa mengerjakan Ayo, Lakukan pada buku siswa halaman 144. • Langkah-langkah model pembelajaran sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> (1) Guru menjelaskan langkah-langkah gerakan langkah biasa (loppas). Siswa mengeksplorasi pengetahuan untuk mencari informasi terkait gerakan langkah biasa. (2) Siswa mengamati peragaan guru terkait gerakan langkah biasa (loppas) (3) Siswa mengulangi gerakan sesuai aba-aba. Guru dapat menggunakan peluit sebagai hitungan. (4) Siswa melakukan gerakan dengan sportif dan disiplin. Guru mengamati gerakan tiap-tiap siswa. • Siswa mengamati gerak langkah rapat yang diperagakan guru. Siswa juga dapat mengamati gambar pada buku siswa halaman 145. • Siswa melakukan tanya jawab terkait gerakan langkah rapat. Guru menjelaskan gerakan langkah rapat. Posisi awal berdiri tegak dan kedua tangan di pinggang. Langkahkan kaki kanan ke depan. Kemudian, langkahkan kaki kiri ke depan. Langkahkan kaki kanan sejajar dengan kaki kiri. Kemudian, rapatkan kaki kanan dan kiri. Gerakan dilakukan sesuai hitungan atau irama. • Siswa mempraktikkan Ayo, Lakukan pada buku siswa halaman 145. • Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai gerak langkah depan. Siswa mengamati gerak langkah depan yang diperagakan guru. Siswa juga dapat mengamati gambar pada buku siswa. • Siswa mempraktikkan gerak langkah depan dalam Ayo, Lakukan (pada buku siswa halaman 146). • Siswa melakukan kegiatan pendinginan 	
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 meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan. 2. Penilaian keterampilan : tes praktik

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

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