



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SD Negeri 4 Sakra Selatan
Kelas / Semester : 5 (Lima) / 1
Nama Guru : SAYUTI,S.Pd
NIP / NIK : 196812311993011009

**PEMERINTAH KABUPATEN LOMBOK TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) KURIKULUM 2013**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 4 Sakra Selatan
Kelas / Semester : 5 / 1
Mata Pelajaran : PJOK / Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat dan Lempar
Materi Pokok : Atletik
Alokasi waktu : 10 menit

1. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran menggunakan model pembelajaran Kooperatif (*Cooprative Learning*) dengan metode Literasi dan Eksperimen dengan mengembangkan karakter percaya diri, disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab, siswa dapat :

- Mempraktikkan Variasi Dan Kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan.

2. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

2.1 Pendahuluan

- ✓ Guru membariskan siswa
- ✓ Melakukan pembukaan, dengan memberi salam pembuka
- ✓ Guru mengajak siswa berdo'a sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing.
- ✓ Guru melakukan absensi atau mengecek kehadiran peserta didik
- ✓ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran atletik

2.2 Kegiatan inti

- Peserta didik melakukan *warming up* di pimpin oleh guru
- Peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik :
 - Variasi dan Kombinasi gerak dasar jalan dan lari (jalan ke depan, dan berlari zig zag)
 - Variasi dan Kombinasi gerak dasar lari dan lompat (lari ditempat, lalu melompat dengan satu kaki)
 - Variasi dan Kombinasi gerak dasar jalan, lari, lempar bola ke sasaran
 - Salah satu siswa di berikan kesempatan untuk menunjukkan atau melakukan Gerakan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari yaitu jalan ke depan kemudian berlari zig zag.

2.3 Menyimpulkan Hasil Pembelajaran

- ✓ Guru dan peserta didik menarik sebuah kesimpulan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran atletik
- ✓ Peserta didik bertanya tentang hal yang belum di pahami atau guru menyampaikan beberapa hal atau bertanya kepada peserta didik berkaitan dengan materi yang telah di pelajari (Atletik).

3. PENUTUP

3.1 Untuk Peserta Didik

- Membuat rangkuman atau kesimpulan pembelajaran atletik
- Peserta didik sambil bernyanyi membersihkan sampah pada tempat olah raga tadi
- Kegiatan pembelajaran di tutup dengan do'a bersama

3.2 Untuk Guru

- Memeriksa rangkuman atau kesimpulan yang di buat siswa
- Memberikan apresiasi kepada semua siswa
- Memberikan informasi kepada siswa tentang materi untuk pertemuan berikutnya.

4. KESIMPULAN PEMBELAJARAN

4.1 Variasi Dan Kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dapat dipraktikkan dengan variasi dengan kombinasi dalam rangkaian gerak, seperti permainan berjalan, berlari, berlari melempar bola ke sasaran.

4.2 Penilaian

- ✓ Penilaian Pengetahuan : Quiz
- ✓ Penilaian Keterampilan : Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar, jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan.



(SAYUTI, S. Pd)
NIP 196812311993011009

Lombok Timur, 13 November 2021
Guru PJOK

(SAYUTI, S.Pd)
NIP 196812311993011009