

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 1 Selebung Ketangga
Kelas / Semester	: VI/1
Mata Pelajaran	: PJOK
Tema	: Melakukan variasi dan kombinasi pola gerak Permainan Sepakbola
Pembelajaran ke	: 1 (Pertama)
Alokasi waktu	: 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Siswa mampu melakukan variasi dan kombinasi menendang bola.
- Siswa mampu melakukan menendang bola dengan kaki bagian dalam.
- Siswa mampu menendang bola dengan punggung kaki.
- Siswa mampu menendang bola dengan punggung kaki bagian luar.
- Siswa mampu menendang bola dengan tendangan mendatar.
- Siswa mampu menendang bola dengan tendangan melambung.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal

- Guru mengajak anak untuk berbaris;
- Guru mengucapkan salam;
- Guru menanyakan kabar siswa;
- Guru menanyakan kesiapan siswa untuk belajar;
- Guru mengajak siswa berdoa
- Guru menyampaikan materi pelajaran yang akan dipelajari;
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran;
- Guru memberikan motivasi dan saran-saran;
- Guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pemanasan dan peregangan otot dan persendian;

2. Kegiatan Inti

Guru menjelaskan bahwa pembelajaran pada materi ini menekankan pada masalah variasi dan kombinasi gerak permainan sepak bola, yaitu menendang bola:

Mempraktikkan cara menendang bola dengan:

- Menendang bola dengan kaki bagian dalam.
- Menendang bola dengan punggung kaki.
- Menendang bola dengan punggung kaki bagian luar.
- Tendangan Mendatar.
- Tendangan Melambung.

3. Kegiatan Penutup

- Guru mengajak siswa melakukan kegiatan pendinginan dan pelepasan otot dan persendian.
- Guru melakukan refleksi tentang variasi dan kombinasi tehnik dasar permainan sepak bola;
- Guru dan siswa melakukan Tanya jawab seputar materi yang telah dipelajari;
- Guru memberikan pesan – pesan kepada siswa;
- Guru guru menginformasikan materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya;
- Guru menutup pelajaran dengan mengajak siswa berdo`a.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian afektif dengan pengamatan selama kegiatan pembelajaran.
2. Penilaian kognitif melalui pertanyaan (tanya jawab) setelah kegiatan inti pembelajaran.
3. Penilaian psikomotor dengan memberikan tugas kepada siswa untuk melakukan gerakan sbb:
 - Menendang bola dengan kaki bagian dalam yang diawali dengan berlari 3-5 langkah.
 - Menendang bola dengan punggung kaki.
 - Menendang bola dengan punggung kaki bagian luar.
4. Guru melakukan pencatatan penilaian pada format yang telah disediakan.

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Lombok Timur, Nopember 2021

Guru PJOK

SYAMSUL RIJAL, S.Pd
NIP. 197107311992031004

SYAMSUL RIJAL, S.Pd
NIP. 197107311992031004