

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

**PENDIDIKAN  
JASMANI ,OLAHRAGA DAN  
KESEHATAN**

**SD NEGERI WATUPRAPAT III**

**KELAS IV**



**Hak Cipta © 2017 pada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan  
Dilindungi Undang-Undang**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

**Satuan Pendidikan** : UPT SDN Watuprapat III  
**Kelas / Semester** : IV / Satu  
**Mata Pelajaran** : PJOK  
**Pembelajaran ke** :  
**Alokasi waktu** :

**A. KOMPETENSI INTI (KI)**

1. Menerima, menjalankan dan menghargai ajaran agama yang di anutnya
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

**B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI**

**PJOK**

<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Indikator Pencapaian Kompetensi</b>
3.3 Memahami prosedur variasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan/atau olahraga tradisional.	3.3.1 Variasi gerak dasar • Gerak lompat
4.3 Mempraktikkan variasi pola dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan/atau olahraga tradisional.	4.5.1 Siswa mencoba tugas gerak melompat ke dalam permainan yang dimodifikasi dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Dengan mengamati contoh pola gerak melompat yang diperagakan guru, siswa dapat melakukan pola gerak melompat dengan tepat dan benar.
2. Siswa dapat mempraktikkan pola variasi gerak melompat dengan benar

## B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa.</li> <li>➤ Siswa diminta memeriksa kerapian diri dan kebersihan kelas.</li> <li>➤ Siswa memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.</li> <li>➤ Guru memotivasi siswa dalam pembelajaran yang akan dilaksanakan</li> </ul>	15 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru Memberikan penjelasan mengenai materi Pola Gerak Lokomotor yaitu Gerak Lompat dan siswa mengamati materi yang dijelaskan oleh guru dengan media powerpoint.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mencontohkan cara melakukan pola variasi gerak dasar melempar dengan media video pembelajaran</li> <li>• Guru memberi instruksi kepada siswa untuk mempraktikkan pola gerak lompat tersebut dengan aba-aba hitungan</li> <li>• Siswa mempraktikkan pola gerak lompat secara mandiri.</li> </ul> </li> <li>➤ Setelah tugas gerak selesai dilakukan, Guru memberi refleksi kepada siswa untuk memberikan kesimpulan terhadap pembelajaran yang telah dilakukan.</li> </ul>	75 menit
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja yang telah dipelajari dari kegiatan hari ini?</li> <li>• Apa yang akan dilakukan untuk menghargai perbedaan di sekitar?</li> </ul> </li> <li>➤ Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini.</li> <li>➤ Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap <i>disiplin</i>.</li> <li>➤ Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa</li> </ul>	15 menit

## C. MEDIA SUMBER BELAJAR

- Media gambar variasi gerak dasar melompat
- Media video pembelajaran

## D. PENILAIAN PEMBELAJARAN

### 1. Penilaian Sikap Pengamatan Sikap

No.	Nama	Perilaku yang di Nilai	CEK (√)		
			Baik (3)	Sedang (2)	Kurang (1)
1		Percaya diri			
2					
3		Tanggung jawab			
4					
5		Disiplin			
6	dst				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL :</b>					

Komposisi Nilai : Baik ( 80 – 100 )

Sedang ( 60 – 80 )

Kurang ( 40 – 60 )

### 2. Penilaian Keterampilan Tes Praktik

NO	Nama Siswa	Performance				Nilai	Jumlah Skor
		JALAN	LARI	LOMPAT	LEMPAR		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8	dst						

**Mengetahui**  
**Kepala Sekolah**

....., .....

**Guru PJOK**

**FARIDA HANIM,S.Pd**  
**NIP. 197206201997072002**

**ZAINUL MUSTOFA,S.Pd**  
**NIP.....**