

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN NAGASARI 01
Kelas / Semester : II / 1
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Aktivitas Pengembangan Pola Gerak dasar nonlokomotor
Sub materi : Gerakan menekuk dan membungkuk
Alokasi Waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengikuti pembelajaran, peserta didik mampu memahami variasi gerak dasar non lokomotor dengan benar.
2. Setelah mengikuti pembelajaran, peserta didik dapat mempraktekan variasi gerak dasar non lokomotor dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Urain Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan <ul style="list-style-type: none">- Guru memulai kegiatan pembelajaran dengan mengucapkan salam dan berdoa- Guru menanyakan kabar/keadaan dan mengecek kehadiran siswa- Guru memberikan motivasi kepada peserta didik agar semangat dalam mengikuti pembelajaran- Apersepsi dan menyampaikan tujuan pembelajaran- Guru memandu siswa melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada gerakan inti	3 menit
Kegiatan Inti <ul style="list-style-type: none">- Guru menjelaskan dan mempraktekan materi yang dipelajari yaitu gerak dasar non lokomotor (menekuk, membungkuk)- Guru memberi kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang dipelajari- Guru memberi kesempatan siswa untuk berdiskusi dengan temannya terkait materi- Siswa diberi kesempatan mempraktekan gerakan-gerakan dasar non lokomotor melalui permainan dan atau olahraga tradisional	5 menit
Kegiatan Penutup <ul style="list-style-type: none">- Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menyampaikan pengalaman belajar yang didapat- Guru melakukan refleksi pembelajaran bersama peserta didik- Guru memberikan motivasi- Guru menyampaikan materi pembelajaran pertemuan berikutnya- Guru menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam	2 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap

Guru melakukan pengamatan terhadap peserta didik selama proses kegiatan pembelajaran

2. Penilaian Pengetahuan

Tanya jawab tentang materi gerak dasar non lokomotor

3. Penilaian Keterampilan

Penugasan kepada peserta didik untuk mempraktekan gerakan yang termasuk gerak dasar non lokomotor.

Bekasi, Januari 2022

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Guru PJOK

TITIN HARTINI, S.Pd.SD.
NIP. 196603131986102001

JAINUL ALAM, S.Pd.
NIP. 199107312020121005

Lampiran Rubrik Penilaian

1. Rubrik Penilaian Sikap

No	Nama	Sikap												Nilai	Predikat	Keterangan
		Disiplin				Percaya Diri				Tanggung Jawab						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1																
2																
3																
dst																

Keterangan : 1 = Amat Baik 2 = Baik 3 = Cukup 4 = Kurang

2. Rubrik Penilaian Pengetahuan

No	Soal	Jawaban	Skor	Keterangan
1	Apa yang dimaksud dengan Gerak dasar nonlokomotor	Gerak tanpa berpindah tempat/ gerak diam ditempat	2	Nilai = $\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$
2	Sebutkan gerakan-gerakan yang termasuk gerak dasar nonlokomotor	Menekuk, mengayun, membungkuk, meliuk-liuk, memutar	3	

Format Penilaian

No	Nama	Butir Soal		Perolehan skor	nilai	predikat
		1	2			
1						
2						
3						
4						
5						
6						
dst						

3. Rubrik Penilaian Keterampilan

No	Aspek yang dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1	Variasi Gerak dasar nonlomotor menekuk				
2	Variasi Gerak dasar nonlokomotor membungkuk				
Skor maksimal = 4					
Nilai = $\frac{\text{Peolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$					

Keterangan : 1 = sangat baik 2 = baik 3 = cukup 4 = kurang

Format Penilaian

no	Nama siswa	Kualitas gerak				nilai	Keterangan
		1	2	3	4		
1							
2							
3							
4							
dts							

Catatan :

.....

Mengetahui
 Kepala Sekolah

TITIN HARTINI, S.Pd.SD.
NIP. 196603131986102001

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Satuan Pendidikan : SDN NAGASARI 01
Kelas / Semester : II / 1
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Nama Siswa :
Hari/Tanggal :

A. Kompetensi Dasar

- 3.2 Memahami variasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
- 4.2 mempraktikkan variasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

B. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah mengikuti pembelajaran, peserta didik mampu memahami variasi gerak dasar non lokomotor dengan benar.
2. Setelah mengikuti pembelajaran, peserta didik dapat mempraktekan variasi gerak dasar non lokomotor dengan benar

C. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Memulai kegiatan pembelajaran dengan mengucapkan salam dan berdoa
2. Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada gerakan inti
3. Mempraktekan materi gerak dasar non lokomotor menekuk dan membungkuk dalam permainan lagu kepala pundak lutut kaki
4. Setelah melakukan praktek diakhiri dengan pendinginan dan berdoa

D. Ringkasan Materi

1. Gerakan nonlokomotor adalah gerakan yang tidak disertai berpindah tempat, contohnya : Memutar badan, menekuk, mengayun, membungkuk, berjongkok, menggenggam dan meliuk.
2. Permainan lagu kepala, pundak lutut kaki
 - a. Berdiri tegak pandangan kedepan
 - b. Ikuti irama lagu dan pegang anggota tubuh sesuai dengan intruksi lagu, diulang sampai 3 kali





E. Kegiatan Siswa Aktif

Kerjakan soal dibawah ini dengan benar

1. Sebutkan pengertian Gerak nonlokomotor!
2. Sebutkan contoh-contoh gerak dasar nonlokomotor!

Catatan:

.....

.....

.....

Mengetahui,
Kepala Sekolah

TITIN HARTINI, S.Pd.SD.
NIP. 196603131986102001