

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SD Negeri 1 Juli
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Semester : IV/ Ganjil
Materi pokok : Variasi pola gerak dasar lari jarak pendek lompat Melalui permainan tradisional
Alokasi Waktu : 4 JP (1 pertemuan)

A. Kompetensi Inti

- KI 1 : Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga
- KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
- KI 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 (IPK)

Kompetensi dasar (KD)	Indikator Pencapaian kompetensi (IPK)
3.3 memahami prosedur Variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	3.3.1 Menjelaskan pengertian lari jarak pendek 3.3.2 menjelaskan teknik variasi pola gerak dasar lari jarak pendek Posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki finish) 3.3.3 menjelaskan macam-macam permainan tradisional yang memiliki hubungan dengan gerak dasar lari jarak pendek
4.3 Mempraktikkan Variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional	4.3.1 mempraktik varisasi pola gerak dasar lari jarak pendek (badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki finish) 4.3.2 mempraktik varisasi pola gerak dasar

	lari jarak pendek melalui permainan tradisional.
--	--

C. Tujuan Pembelajaran

Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran, baik dari mulai mengamati, menanya, mengeksplorasi, menganalisis dan mengkomunikasikan peserta didik diharapkan dapat;

1. Menjelaskan teknik dasar ada lari jarak pendek
2. Menjelaskan nama-nama permainan tradisional yang berhubungan dengan lari jarak pendek
3. Mempraktikkan teknik dasar lari jarak pendek
4. Mempraktikkan gerak dasar lari jarak pendek pada permainan tradisional

D. Materi Pembelajaran

1. Fakta:
 - Gambar teknik dasar lari jarak pendek
 - Gambar permainan tradisional yang berhubungan dengan teknik dasar lari jarak pendek
2. Konsep
 - Lari jarak pendek adalah berlari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh, atau sampai jarak yang telah ditentukan. Pelarinya bisa disebut juga dengan Sprinter
 - Permainan tradisional adalah permainan yang erat kaitannya dengan tradisi masyarakat setempat.
3. Prinsip
 - memahami variasi teknik dasar lari jarak pendek pada permainan tradisional dengan baik
4. Prosedur
 - Melakukan praktik variasi teknik dasar lari jarak pendek pada permainan tradisional

E. Metode dan model pembelajaran

- Metode : ceramah, diskusi, bermain
- Model : Problem Basic Learning

F. Media pembelajaran

- Gambar/ poster
- Alat permainan kasti

G. Kegiatan Pembelajaran/Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan Pertama (1 x 35 Menit)

1. Pendahuluan (15 Menit)

a. Orientasi

- a) Berbaris, guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan *Assalamu'alaikum Wr. Wb.* dan berdoa, diarahkan dipimpin oleh salah satu peserta didik.



- b) Melakukan presensi sekaligus mengecek kehadiran siswa sebagai sikap disiplin serta mengecek/mengingatkan protokol kesehatan covid 19.
- c) Guru menanyakan keadaan dan kondisi kesehatan peserta didik, (menyiapkan fisik dan psikis anak sebelum pembelajaran) jika ada yang sakit peserta didik bersangkutan tidak perlu mengikuti aktivitas fisik, tapi harus tetap berada di tempat yang teduh untuk mengamati proses pembelajaran.
- d) Guru menanyakan “Bagaimana kebugaran tubuh siswa selama ini, pernah sakit atau tidak? Mengaitkan bahwa itu merupakan rahmat dan karunia Allah SWT, dan pertanyaan lainnya yang relevan. Mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan

b. Apersepsi

- a) Menyampaikan materi pelajaran ” Variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional” serta mengaitkan materi/tema kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik.
- b) Mengaitkan materi/tema kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan materi sebelumnya.
- c) Mengaitkan kembali materi prasyarat dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada siswa.

c. Motivasi

- a) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yakni Memberikan gambaran tentang Variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional untuk kebugaran jasmani.

d. Pemberian acuan

- a) Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator dan KKM pada pertemuan yang berlangsung.
- b) Guru menyampaikan pengorganisasian kelas yaitu kegiatan pembelajaran aktif dilakukan dalam bentuk kelompok- kelompok kecil yang terdiri dari 4 sampai 6 orang. Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan saat mengidentifikasi ” variasi erakan.

2) Kegiatan Inti (110 Menit)

Langkah-Langkah Kegiatan:

Literasi :

Peserta didik diberi stimulus atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada materi melalui :

- **Mengamati :**

Peserta didik mengamati materi buku siswa, gambar serta gambar pembelajaran yang ditampilkan oleh guru melalui gambar / poster buku siswa.

- **Menanya**

Peserta didik dianjurkan untuk bertanya , masalah apa saja yang menjadi kendala atau yang tidak dimengerti saat gambar atau media pembelajaran lainnya.

- **Mengumpulkan informasi/mencoba**

Peserta didik ditugaskan untuk menggali informasi yang ada didalam media pembelajaran yang telah disajikan, agar kemudian menjadi bahan pemaparan ke pembelajaran inti.

- **Mengasosiasikan/mengolah informasi**

Setelah peserta didik mnggali informasi dari semua media pembelajaran yang disajikan, peserta didik ditugaskan untuk mengolah informasi untuk menjadi bahan diskusi bersama kelompok , serta persiapan untuk memperagakan secara berkelompok.

- **Mengkomunikasikan**

Kemudian peserta didik ditugaskan memaparkan didepan kelas,serta memperagakan kembali secara kelompok tentang hasil diskusi kelompok

3) Penutup (15 menit)

1. Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung:
2. Apa saja yang telah dipelajari dari kegiatan hari ini?
3. Apa yang akan dilakukan untuk menghargai perbedaan Pendapat kelompok lain?
4. Siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada hari ini.
5. Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orang tua yaitu: *pentingnya*

memahami gerak dasar atletik pada permainan tradisional dan untuk kebugaran jasmani.

6. Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap **disiplin, dan bersih**.
7. Siswa melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas.
Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.

H. Sumber Belajar

- 1.. *Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 (Revisi 2017). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.*
2. *Video Youtube (E-PJOK)*

I. Penilaian, Pembelajaran Remedial, dan Pengayaan

1. Teknik Penilaian:

- a. Penilaian Sikap : Observasi / pengamatan dan jurnal.
- b. Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis
- c. Penilaian Keterampilan : Praktik / proses

1. Remedial

Pembelajaran remedial akan dilaksanakan apabila nilai peserta didik tidak memenuhi KKM yang ada dan bisa dilaksanakan pada saat KBM berlangsung atau bisa juga diluar jam pelajaran tergantung jumlah siswa.

2. Pengayaan

- Peserta didik yang telah mencapai diatas KKM, diberikan pengayaan dengan langkah sebagai berikut:
- Peserta didik yang mencapai nilai 75 diberikan materi masih dalam cakupan KD dengan pendalaman sebagai pengetahuan tambahan.
- Siswa yang mencapai nilai 75 diberikan materi melebihi cakupan KD dengan pendalaman sebagai pengetahuan tambahan.

Mengetahui
Kepala SD N 1 JULI

Bireuen, 22 Mei 2021
Guru PJOK

FAKRI, S. Pd, SD
NIP. 19710808 200801 1 001

EDY GUNAWAN, S. Pd
NIP . 19900707 201903 1 006

PENILAIAN SIKAP

Sekolah : SD Negeri 1 Juli
Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester : IV/1
Tahun Pelajaran : 2021/2022

Sikap yang menjadi focus penilaian adalah kerjasama, tanggung jawab, disiplin, sportifitas dan menghargai pendapat teman.

1. Pengamatan / observasi

No	Nama Siswa	Aspek Pengamatan					Ket
		Kerjasama	Tanggung Jawab	Disiplin	Sportifitas	Menghargai pendapat teman	
1		+	+	-	-	+	
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

24							
25							
Dst							

KET: Dalam pelaksanaan penilaian sikap, guru menggunakan lembar pengamatan/observasi sebagai instrumen penilaian. Dengan cara menconteng/ceklis atau silang di bagian tabel karakter yang diharapkan

2. Jurnal Penilaian Sikap

NO	HARI / WAKTU	NAMA	KEJADIAN/ PERILAKU	BUTIR SIKAP	+ atau -	TINDAK LANJUT
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Mengetahui
Kepala SD N 1 JULI

Bireuen, 30 April 2021
Guru PJOK

FAKRI, S. Pd, SD
NIP. 19710808 200801 1 001

EDY GUNAWAN, S. Pd
NIP . 19900707 201903 1 006

INTRUMEN PENILAIAN PENGETAHUAAN

Sekolah : SD Negeri 1 Juli
 Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : V / 2
 Tahun Pelajaran : 2021/2021

Format penilaian pengetahuan.

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

Ket : Skor 3 : Jawaban diuraikan dengan lengkap, baik dan benar
 Skor 2 : Jawaban diuraikan dengan baik, benar tapi tidak lengkap
 Skor 1 : Jawaban kurang benar.

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Uraikan/jelaskan teknik dasar lari jarak pendek
2.	Uraikan/jelaskan nama- nama permainan tradisional yang kamu ketahui
3.	Uraikan/jelaskan permainan tradisional yang berhubungan dengan teknik lari
4.	Uraikan/jelaskan yang tidak berhubungan dengan teknik lari

5.	Uraikan/jelaskan manfaat lari jarak pendek bagi kesehatan tubuh

INSTRUMEN PENILAIAN KETERAMPILAN

Sekolah : SD Negeri 1 Juli
 Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas / Semester : V / 2
 Tahun Pelajaran : 2021/2022

- Penilaian praktik (Penilaian proses)
yang diambil adalah capaian optimum.dari siswa

No	Nama	<i>MENGAMATI</i>				<i>DISKUSI</i>				<i>PRAKTIK</i>				Jml	Nilai Akhir
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
dsb															
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12															

KET : Skor 4 : Dilakukan semua tahapan dengan sangat baik dan benar
 : Skor 3 : Dilakukan lima sampai enam tahapan dengan benar
 : Skor 2 : Dilakukan tiga sampai empat tahapan dengan benar
 : Skor 1 : Hanya melakukan satu sampai dua tahapan yang benar

Acuan Penskoran *mengamati* :

1. Membaca Buku siswa dengan cermat sesuai waktu yang ditentukan
2. Mengamati gambar- gambar dibuku siswa dengan cermat dengan tepat waktu yang ditentukan
3. Mengamati video youtube dengan cermat dengan waktu yang ditentukan

Acuan Penskoran *Diskusi* :

1. Keaktifan dalam kelompok
2. Kerjasama yang baik dan disiplin tanpa mengganggu teman atau kelompok lain
3. Mengerjakan sesuai tugas yang diberikan oleh ketua kelompok

Acuan Penskoran *Praktik* :

1. Memaparkan tugas dengan benar
2. Kelengkapan analisis dari sumber dan media
3. Keaktifan dalam Tanya jawab antar kelompok

$$\text{Penilaian keterampilan} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Mengetahui
Kepala SD N 1 JULI

Bireuen, 22 Mei 2021
Guru PJOK

FAKRI, S. Pd, SD
NIP. 19710808 200801 1 001

EDY GUNAWAN, S. Pd
NIP . 19900707 201903 1 006