

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SD Negeri 1 Manggeng
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VI / Ganjil
Topik 4	: Kids atletik ( Lari, Lompat dan Lempar )
Materi	: Penguasaan pengetahuan dan praktik jalan cepat, lari, lompat, lempar sebagai dasar atletik dengan menggunakan aktivitas yang menyenangkan.
Alokasi Waktu	: 10 menit

### Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti Proses Pembelajaran, Peserta didik diharapkan :

1. Mendeskripsikan pengertian kids atletik, dan macam-macam lomba dalam kids atletik
2. Peserta didik dapat menjelaskan dan mempraktekkan Jalan Cepat, lari, lompat dan lempar dengan baik dan benar
3. Peserta didik memiliki rasa tanggung jawab, disiplin selama proses pembelajaran, bersikap jujur, percaya diri dan pantang menyerah, serta memiliki sikap responsif (berpikir kritis) dan proaktif (kreatif), serta mampu berkomunikasi dan bekerjasama dengan baik.

### B. Langkah Langkah Pembelajaran

No	Kegiatan	Waktu
1.	<b>Pendahuluan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru membuka pembelajaran dengan dengan salam dan berdo'abersama dipimpin oleh salah seorang peserta didik</li><li>2. Guru memastikan peserta didik dalam keadaan sehat, jika terdapat peserta didik yang sakit diperbolehkan untuk tidak mengikuti pembelajaran</li><li>3. Mengaitkan materi, kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi, kegiatan sebelumnya (apersepsi)</li></ol>	2 Menit
2.	<b>Kegiatan Inti</b> <ol style="list-style-type: none"><li><b>a. Mengamati</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Peserta didik mengamati peragaan guru dan peserta didik (model) dalam melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar (lompat jauh dan lempar turbo)</li></ul></li><li><b>b. Menanya</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Melalui motivasi guru, peserta didik mengajukan pertanyaan tentang hal yang telahdiamati (stimulus) agar peserta didik menaritahu dengan cara menanya.</li></ul></li><li><b>c. Explorasi</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Peserta didik dibentuk dalam 3 (tiga) kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai lompat jauh dan lemparturbo . Guru juga memfasilitasi peserta didik mencoba gerakan secara berkelompok</li></ul></li><li><b>d. Asosiasi</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Peserta didik memperagakan gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar turbo</li><li>➤ Guru memonitor dan memberikan <i>feed back</i> atas kebenaran gerakan peserta didik Guru bersama peserta didik menginternalisasi nilai-nilai positif PJOK sesuai materi (sportif, tanggung jawab, mandiri dan kerjasama)</li></ul></li></ol>	8 Menit

	<p><b>e. Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Perwakilan peserta didik dalam kelompok mempresentasikan gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar turbo, guru dan peserta didik membuat simpulan. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami</li> </ul>	
3.	<p><b>Penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Melakukan Gerakan pendinginan (colling down) dalam formasi melingkar berkelompok serta meminta</li> <li>b. peserta didik menyampaikan pengalaman belajar yang diperoleh (refleksi)</li> <li>c. Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan</li> <li>d. Guru menutup pembelajaran dengan mengajak berdoa bersama</li> </ul>	2 Menit

**A. Penilaian Pembelajaran**

1. Penilaian Sikap : Instrumen penilaian diri
2. Penilaian Keterampilan : Praktik


Mengetahui,  
Kepala SD Negeri 1 Manggeng



**YUNADI, S.Pd**  
NIP.198111172005041001



Manggeng, 8 November 2021  
Guru Mata Pelajaran PJOK



**YUNADI, S.Pd**  
NIP.198111172005041001