

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )**



**OLEH**

**SAMSUL RIJAL,S.Pd**

**SD NEGERI 2 SELEBUNG KECAMATAN BATUKLIANG**

**KABUPATEN LOMBOK TENGAH**

**NUSA TENGGARA BARAT TAHUN 2022**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

<b>Sekolah</b>	: SDN 2 SELEBUNG
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
<b>Kelas/Semester</b>	: V/1
<b>Materi Pokok</b>	: Kombinasi Pola Gerak Senam lantai
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 x 3 x 35 menit ( 1 x pertemuan )

### A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata
4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.6 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu,bergantung,keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan,melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar menggunakan alat.	3.6.1 Menjelaskan kombinasi Gerakan bertumpu, berguling, dan mendarat khususnya Roll Depan.
4.6 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan(bertumpu,bergantung,keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan,melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar menggunakan alat.	4.6.1 Mempraktekan kombinasi Gerakan bertumpu, berguling, dan mendarat khususnya Rool Depan.

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Guru memberikan contoh kepada siswa tentang macam-macam gerakan senam lantai khususnya roll depan
2. Setelah mempelajari kombinasi gerakan bertumpu,berguling, dan mendarat peserta didik dapat menjelaskan langkah-langkah gerakan Roll Depan.
3. Dengan berdiskusi dan mengamati peserta didik mengerti gerakan Roll Depan yang baik dan benar.
4. Setelah mempelajari kombinasi gerakan Rool Depan peserta didik mampu mempraktekkan gerakan Roll Depan dengan benar.

#### **D. Materi Pembelajaran**

- Aktivitas Latihan kombinasi Gerakan bertumpu, berguling, dan mendarat khususnya Rool Depan.

#### **E. Metode Pembelajaran**

Metode yang digunakan dalam pembelajaran Aktivitas Latihan Roll Depan antara lain:

- Model : Project Based Learning, Problem-Based Learning.
- Pendekatan : *Saintifik* (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi / mencoba, mengasosiasi / mengolah informasi, dan mengkomunikasikan)
- Metode : Tanya Jawab, Diskusi dan Penugasan

#### **F. Media Pembelajaran**

1. Media
  - Video pembelajaran Roll Depan
2. Alat dan Bahan
  - Peluit
  - Matras
  - HP

#### **G. Sumber Belajar**

- Buku PJOK kelas 5 Semangat Berolahraga
- Internet/ youtube
- Lembar kerja siswa

## H. Langkah-Langkah Pembelajaran

<b>Kegiatan</b>	<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam</li><li>- Guru meminta siswa untuk berdo'a sebelum memulai pelajaran</li><li>- Guru Mengecek Kehadiran Siswa</li><li>- Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan</li><li>- Guru menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan yang akan dicapai</li><li>-Guru bersama siswa melakukan gerakan pemanasan</li></ul>	20 menit
<b>Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Guru memberikan contoh kepada siswa tentang macam-macam gerakan senam lantai khususnya roll depan</li></ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Guru menuliskan pertanyaan/masalah terkait materi :<ul style="list-style-type: none"><li>a. Apa itu senam lantai?</li><li>b. Apa saja macam-macam jenis senam lantai?</li></ul></li></ul>	50 menit

	<p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa secara mandiri mengumpulkan data dan menemukan jawaban atas pertanyaan/permasalahan yang diberikan guru mengenai macam- macam senam lantai</li> <li>- Siswa secara mandiri mempraktikkan gerakan senam lantai roll ke depan dengan baik dan benar</li> </ul> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa merangkum dan menganalisa langkah- langkah dalam gerakan senam lantai roll ke depan yang mereka praktikkan</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Siswa mempraktikkan hasil yang dicontohkan oleh guru tentang gerakan senam lantai roll ke depan</li> </ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Guru dan peserta didik melakukan refleksi pembelajaran tentang pembelajaran yang sudah dilakukan dan pelajaran apa yang diperoleh setelah belajar materi Latihan Roll depan</li> <li>• Memperbaiki tentang kesalahan-kesalah gerakan- gerakan senam lantai</li> <li>• Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya.</li> <li>• Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam.</li> </ul>	35 menit

## I. Penilaian Hasil Pembelajaran

### 1. Penilaian Sikap

#### - Penilaian Observasi

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Siswa	Aspek Perilaku yang Dinilai					Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		BS	JJ	RG	TJ	DS			
1	...	75	75		50	75	275	68,75	C
2	...	...	...		...	...	...	...	...

Keterangan :

- BS : Bekerja Sama
- JJ : Jujur
- RG : Religius
- TJ : Tanggun Jawab
- DS : Disiplin

Catatan :

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:

100 = Sangat Baik

75 = Baik

50 = Cukup

25 = Kurang

2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria =  $100 \times 4 = 400$

$x 4 = 400$

3. 3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai =  $275 : 4 =$

$68,75$

4. Kode nilai / predikat :

75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)

50,01 – 75,00 = Baik (B)

25,01 – 50,00 = Cukup (C)

00,00 – 25,00 = Kurang (K)

5. Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai

## 2. Penilaian Pengetahuan

\*Menyebutkan Langkah-langkah melakukan Gerakan Roll Depan.

\*Memberikan tes Tulis berupa soal

## 3. Penilaian Keterampilan

\* Menggunakan unjuk kerja hasil praktik siswa

Berikut instrument penilaian hasil unjuk kerja

Kriteria	Skor	Skor	Skor
	80-100	70-80	60-70
1. Mampu mempraktekan Gerakan bertumpu pada Roll Depan dengan baik	Memenuhi 3 kriteria	Memenuhi 2 kriteria	Memenuhi 1 kriteria
2. Mampu mempraktekan Gerakan berguling pada Rol depan dengan baik.			
3. Mampu mempraktekan Gerakan mendarat pada Roll depan dengan baik			

4. Remedial

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai tidak memenuhi KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan.

5. Pengayaan

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada siswa, nilai yang dicapai memenuhi KBM (Ketuntasan Belajar Minimal) atau KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan.

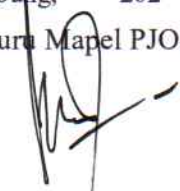
Mengetahui,  
Kepala SDN 2 Selebung



**MARZUKIS.Pd**  
NIP. 1966062119191032010



Selebung, 202  
Guru Mapel PJOK



**SAMSUL RIJAL, S.Pd**  
NIP. -