

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri 173491 Singalaeardan
Mata Pelajaran	: PJOK
Kelas / Semester	: VI (Enam) / 1
Materi Pokok	: Kombinasi Sikap Kaki, Sikap Pasang dan Serangan dengan Tangan dalam Pencak Silat
Alokasi Waktu	: 10 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

- ❖ Siswa mampu memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat
- ❖ Siswa mampu berlatih variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat
- ❖ Siswa mampu mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni beladiri dengan tepat

B. Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (2 menit)

- ❖ Guru memberi salam serta menanyakan kabar peserta didik dan mengingatkan proses.
- ❖ Berdoa sebelum memulai pelajaran sesuai dengan agama masing-masing
- ❖ Memberitahukan topik pembelajaran (instructional material)

2. Kegiatan Inti (6 menit)

- ❖ Guru memberikan contoh gerakan dan penjelasan, sementara siswa mendengarkan dan mengamati gerakan



- ❖ Guru memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya jawab mengenai materi pembelajaran yang akan dilaksanakan
 - ❖ Guru dan siswa bersama-sama melakukan gerakan kuda-kuda, sikap pasang dan serangan tangan yang dimodifikasi
 - ❖ Guru mengamati serta memperbaiki gerakan siswa yang salah
- #### 3. Kegiatan Penutup (2 menit)
- ❖ Guru dan siswa bersama-sama menyimpulkan materi pembelajaran
 - ❖ Guru meminta feedback berupa tugas di rumah 'Vidio Gerakan kuda-kuda, Sikap Pasang dan Serangan tangan yang dimodifikasi' dan dikirim ke email. jonisgirsang@gmail.com atau WA 082272692898
 - ❖ Guru mengingatkan proses mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak.

C. Penilaian

- ❖ Penilaian Sikap : Disiplin, Tanggung Jawab, Kerjasama, Percaya diri, Jujur, dan Peduli
- ❖ Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis
- ❖ Penilaian Keterampilan : Praktik/Kinerja

D. Sumber, Alat dan Media Pembelajaran

- ❖ Buku BSE
- ❖ Aplikasi Media SCI
- ❖ Buku Siswa Kelas VI SD/MI Kurikulum 2013 PJOK Revisi 2019: *Aktif Berolahraga*. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan., Jakarta Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Litbang, Kemendikbud. 2019
- ❖ Lakban(duck tape), Ruang Kelas, laptop dan HP

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Laeardan, 17 Juli 2021
Guru Mata Pelajaran

SANNURIA PANE
NIP. 19800902 2009 04 2003

JONIS GIRSANG, S.Pd

Lampiran:

A. Lembar penilaian sikap

No.	Nama Siswa	Disiplin	Tanggung Jawab	Kerjasama	Percaya diri	Jujur	Peduli	Keterangan
1.								
2.								
.....								

Kolom Aspek perilaku diisi dengan angka yang sesuai dengan kriteria berikut.

4 = sangat baik

3 = baik

2 = cukup

1 = kurang

B. Lembar penilaian pengetahuan

No.	Nama Siswa	Butir – butir pertanyaan														
		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																
.....																
JUMLAH SKOR MAKSIMAL(NILAI KOQNTIF) : 15																

Jumlah Skor yang Diperoleh

Penilaian Koqntif = ----- X 100%

Jumlah Skor Maksimal

Soal

No.	Butir Pertanyaan
1.	Tuliskan dan Jelaskan sikap kaki!
2.	Tuliskan dan Jelaskan serangan tangan pencak silat!
3.	Tuliskan dan Jelaskan kuda – kuda sikap pasang!
4.	Tuliskan dan Jelaskan dasar – dasar pencaksilat!
5.	Tuliskan dan Jelaskan kombinasi kuda – kuda, sikap pasang dan pukulan tangan!

C. Lembar penilaian keterampilan

No.	Nama Siswa	Sikap kaki					Sikap Pasang					Serangan Tangan				
		1	2	3	4		1	2	3	4		1	2	3	4	
1.																
2																
....																
JUMLAH SKOR MAKSIMAL(NILAI PROSES) : 12																

Jumlah Skor yang Diperoleh

Penilaian Proses = -----X 100%

Jumlah Skor Maksimal

Keterangan Penilaian

Kolom Aspek Keterampilan diisi dengan angka yang sesuai dengan kriteria berikut.

4 = sangat baik

3 = baik

2 = cukup

1 = kurang