

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP ) LURING

(Disusun Berdasarkan Permendikbud Nomor: 22 Tahun 2016)

Sekolah : SD Negeri 23 Nebuk  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VI (enam) / I (satu)  
Materi Pokok : Atletik  
Pembelajaran ke : 4 (empat) Lari estafet kombinasi  
Alokasi Waktu : 4 x 35 menit

## A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual 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

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.3 Memahami variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	3.3.1 Menjelaskan Variasi gerak dasar jalan yang benar; 3.3.2 Menganalisis variasi gerak dasar lari yang tepat; 3.3.3 Mengidentifikasi variasi gerak dasar lompat dengan tepat;
4.3 Mempraktikkan variasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga dan atau olahraga tradisional.	4.3.1 Memperagakan variasi gerak dasar jalan bersama teman sekelasnya dengan benar; 4.3.2 Mempraktikkan variasi gerak dasar lari di bawah bimbingan guru dengan terampil; 4.3.3 Melakukan variasi gerak dasar lompat dengan semangat;

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Melalui **diskusi dan kerja kelompok peserta didik** dapat **menyimpulkan dan menjelaskan** gerak variasi lari estafet kombinasi yang benar.
2. Melalui **diskusi dan kerja kelompok peserta didik** dapat **menyimpulkan dan menjelaskan** Siswa dapat **mengidentifikasi** lari estafet kombinasi dengan tepat.
3. Setelah **mengamati gambar dan vidio youtube peserta** melakukan dan mempraktikkan variasi lari estafet kombinasi bersama teman sekelasnya dengan benar;
4. Setelah **mengamati gambar dan vidio youtube peserta** melakukan dan mempraktikkan mempraktikkan cara variasi lari estafet kombinasi di bawah bimbingan guru dengan terampil.

### D. Karakter yang diharapkan (PPK) :

Relegiusitas, Nasionalisme, Kejujuran dan Kedisiplinan

### E. Materi Pembelajaran

1. Materi Reguler : **Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**
  - Lari estafet kombinasi.
2. Materi Remedial :
  - Lari estafet kombinasi.
3. Materi Pengayaan :
  - Lari estafet kombinasi, persiapan dalam pertandingan Olympiade Siswa Nasional Tingkat Sekolah Dasar.

### F. Model Pendekatan dan Metode Pembelajaran

- ✚ Model : *Problem Based Learning (PBL)*
- ✚ Pendekatan : *Saintific, HOTS, dan ICT-TPACK*
- ✚ Metode : Demonstrasi, mengamati , ceramah, diskusi, tanya jawab, dan penugasan

### G. Media dan Bahan Pembelajaran

#### 1. Media

- Vidio : Lari Estafet Kombinasi. 2016. Erlangga. (*Scan Barcode*)
- Vidio : Lagu satu nusa satu bangsa, 02 Februari 2021, *Youtube*
- Vidio :
- Laptop, LCD Projector/Infokus, Layar sebagai sarana penayangan video
- Power Point (PPT)
- Kamera, digunakan untuk dokumentasi serta membantu dalam evaluasi gerak uji praktek siswa

#### 2. Bahan

- Instrumen atau alat ukur (Kertas LKPD, Pulpen)
- Peluit, digunakan untuk mempermudah dalam pengorganisasian siswa
- Matras,kerucut, gawang lari digunakan sebagai media pembelajaran

#### 3. Sumber Pembelajaran

- Masri'an & Aminarni, Buku Penjas Orkes Kelas IV SD/MI, Erlangga , Jakarta, Revisi 2016.

## H. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>		
	1. Membuka Pelajaran : <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Guru membuka kelas dengan salam</li> <li>▪ Guru menanyakan kabar siswa</li> <li>▪ Salam olahraga (Guru PJOK)</li> </ul>	2 menit
	2. Presensi <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mengecek kehadiran siswa presensi oleh guru</li> </ul>	5 menit
	3. Religiusitas PPK <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Guru mengajak siswa berdo'a dipimpin oleh siswa yang datang paling awal. (Menghargai kedisiplinan siswa/PPK)</li> </ul>	1 menit
	4. Integritas Kemandirian PPK <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa menyiapkan diri agar siap untuk belajar serta memeriksa kerapihan dan bersikap disiplin dalam setiap kegiatan pembelajaran.</li> <li>▪ Mengingatkan untuk selalu berpakaian pakaian olahraga pada saat berolahraga.</li> </ul>	2 menit
	5. Nasionalisme PPK <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Menyanyikan salah satu lagu wajib/Lagu Nasional.</li> </ul>	5 menit
	6. Siswa <b>menyimak</b> apersepsi dari guru tentang pelajaran sebelumnya dan mengaitkan dengan pengalamannya sebagai bekal pelajaran berikutnya. ( <b>Communication-4C</b> ) 7. Siswa <b>bertanya jawab dengan</b> guru berkaitan dengan materi sebelumnya ( <b>4C-Collaboration Saintifik - Menanya</b> )	
<b>Kegiatan Inti</b>		
<b>Sintak</b> ( <i>Cooperative Learning</i> ) <b>Tahap I</b> Penyampaian tujuan dan motivasi siswa	8. <b>Penyampaian tujuan dan motivasi siswa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa menyimak penjelasan guru tentang semua kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan kegiatan belajar serta motivasi yang disampaikan guru (<b>4C-Comunication</b>)</li> </ul>	100 menit
<b>Sintak</b> ( <i>Cooperative Learning</i> ) <b>Tahap II</b> Mengorganisasi siswa untuk siap belajar	9. Siswa membentuk (4) kelompok siswa, dengan masing-masing kelompok (5) orang. 10. Setiap masing-masing kelompok dibagikan lembar kerja (LKPD)	

<p style="text-align: center;"><b>Sintak</b> (<i>Cooperative Learning</i>) <b>Tahap III</b> Penyajian Informasi</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. Siswa secara berkelompok mengamati gambar dan video pembelajaran melalui tayangan <i>powerpoint</i> (PPT) guru tentang lari estafet kombinasi (<i>ICT dan TPACK, Saintifik-mengamati</i>)</li> <li>12. Siswa menjawab pertanyaan yang diutarakan guru. <b>(Saintifik-Menanya) dan (4C-Comunication)</b></li> <li>13. Siswa mendengarkan penjelasan guru tentang bagian lari estafet kombinasi.</li> <li>14. Perwakilan kelompok siswa mencoba menjelaskan hasil diskusi dengan kelompok lain.</li> <li>15. Siswa <b>menyimak penjelasan guru melalui media pembelajaran tayangan powerpoint</b> tentang lari estafet kombinasi <b>(Saintifik-mengamati)</b></li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>Sintak</b> (<i>Cooperative Learning</i>) <b>Tahap IV</b> Membimbing kegiatan belajar kelompok</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>16. Siswa secara berkelompok mengamati gambar dan video lari estafet kombinasi yang disiapkan dan mengerjakan LKPD yang telah dibagi (<b>saintifik-mengamati</b>)</li> <li>17. Siswa secara berkelompok mengidentifikasi lari estafet kombinasi. (<b>Critical Thinking and Problem Formulation-4C</b>)</li> <li>18. Siswa mengamati dan mengidentifikasi serta menuliskan lari estafet kombinasi (<b>Communication-4C</b>)</li> <li>19. Guru membimbing siswa melakukan pemanasan sebelum melakukan praktek</li> <li>20. Peserta didik mempraktikkan gerak lari estafet kombinasi dengan teknik yang benar (<i>creativity</i>).</li> <li>21. Siswa diberi kesempatan bertanya bagi siswa yang masih merasa bingung dan kurang mengerti terkait materi. <b>(Menanya)</b></li> <li>22. Siswa mendengarkan ulasan kembali materi yang telah disampaikan oleh guru dan menjawab kuis yang diberikan guru.</li> </ol>	
<b>Kegiatan Penutup</b>		
<p style="text-align: center;"><b>Sintak</b> (<i>Cooperative Learning</i>) <b>Tahap V</b> Menganalisis &amp; mengevaluasi proses pemecahan masalah</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>23. Siswa mengerjakan evaluasi untuk diambil penilaian</li> <li>24. Siswa menyerahkan evaluasi yang telah dikerjakan.</li> </ol>	

<p style="text-align: center;"><b>Sintak</b> (<i>Cooperative Learning</i>) <b>Tahap VI</b> Pemberian penghargaan kelompok</p>	<p>25. Guru bersama siswa melakukan pendinginan.</p> <p>26. Sebelum pelajaran ditutup guru meminta siswa melakukan <b>refleksi kesimpulan</b> kegiatan hari ini. Kegiatan refleksi berikut ini:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apa yang telah kamu pelajari hari ini?</li> <li>▪ Apa yang paling kalian sukai dari pembelajaran hari ini?</li> <li>▪ Apa yang belum kalian pahami pada pembelajaran hari ini? (<b>Mengkomunikasikan</b>)</li> </ul> <p>27. Siswa melakukan <b>analisis kelebihan dan kekurangan</b> kegiatan pembelajaran (<b>Critical Thinking and Communication-4C</b>)</p> <p>28. Kegiatan belajar ditutup dengan doa. Doa dipimpin oleh siswa yang paling aktif dalam kegiatan pembelajaran. (<b>religiusitas</b>)</p>	<p>25 menit</p>
<p><b>Catatan :</b> Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan.</p>		

## I. PENILAIAN

SIKAP	PENGETAHUAN	KETERAMPILAN
Penilaian berdasarkan perilaku kerjasama keaktifan partisipasi inisiatif peserta didik dalam proses pembelajaran	Penilaian pengetahuan diambil melalui soal yang diberikan guru dan dikerjakan melalui lembar kerja peserta didik (LKPD)	Penilaian dilakukan melalui praktek berdasarkan aspek-aspek penilaian .

(Instrumen Penilaian Terlampir)

Mengetahui:  
Kepala SDN 23 Nebuk

Nebuk, 12 Oktober 2021  
Guru Mata Pelajaran

**LUSIANA, S.Pd**  
NIP. 19741223 200804 2003

**DENI ARYADI, S.Pd**  
NIP. 19840306 200903 1008

Catatan Kepala Sekolah :

# PENILAIAN SIKAP

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 23 NEBUK  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : IV / 1 ( Empat/Satu )  
 Tahun Pelajaran : 2021/2022

No.	Nama Siswa	AKTIVITAS																	
		Kerjasama				Keaktifan				Partisipasi				Inisiatif					
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			

**Rubrik penilaian :**

1. Apabila peserta didik belum memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator.
2. Apabila sudah memperlihatkan perilaku tetapi belum konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
3. Apabila sudah memperlihatkan perilaku dan sudah konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
4. Apabila sudah memperlihatkan perilaku kebiasaan yang dinyatakan dalam indikator.

**Catatan :**

Penguasaan nilai disesuaikan dengan karakter yang diinginkan.

Rentang Skor = Skor Maksimal - Skor Minimal = 16 - 4 = 12

<b>MK =</b>	<b>14 - 16</b>
<b>MB =</b>	<b>11- 13</b>
<b>MT =</b>	<b>8 - 10</b>
<b>BT =</b>	<b>4 - 7</b>

**Keterangan :**

<b>BT</b>	Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda- tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).
<b>MT</b>	Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda- tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten).
<b>MB</b>	Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai
<b>MK</b>	Mulai membudaya/terbiasa (apabila peserta didik terus-menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten).

## FORMAT PENILAIAN PENGETAHUAN

### PEDOMAN PENSKORAN SOAL URAIAN

No. Soal	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar.	4
2	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar, tapi kurang lengkap.	3
3	Siswa dapat menyebutkan jawaban tapi salah sebagian besar.	1
<b>Skor Maksimum</b>		<b>8</b>

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

### PEDOMAN PENSKORAN SOAL PILGANDA

No. Soal	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar.	1
2	Siswa menyebutkan jawaban salah	0
<b>Skor Maksimum</b>		

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## FORMAT PENILAIAN PRAKTIK

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 23 NEBUK  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan  
Kelas/Semester : IV / 1 ( Empat/Satu )  
Tahun Pelajaran : 2021/2022  
Tugas :

### Mempraktikkan Gerak Lari Estafet

Nama Peserta Didik : .....

No	Aspek yang dinilai	Skor			
		4	3	2	1
1	Posisi kaki dan tangan saat melakukan guling depan				
2	Sikap badan saat berlari (lari gawang)				
3	Sikap badan saat berlari (lari zigzag)				
4	Posisi tangan saat memberi dan tongkat estafet				

**Keterangan :**

4 = Sangat Baik  
3 = Baik  
2 = Kurang  
1 = Sangat Kurang

**Kriteria penilaian dapat dilakukan sebagai berikut :**

4 = Jika melakukan dengan benar dan terampil  
3 = Jika melakukan dengan kurang terampil  
2 = Jika melakukan dengan cara tidak benar  
1 = Jika tidak melakukan



# JURNAL

( Buku Catatan Harian Tentang Peserta Didik Oleh Guru )

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 23 NEBUK  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan  
Kelas/Semester : IV / 1 ( Empat/Satu )  
Tahun Pelajaran : 2021/2022

## Contoh Isi Buku Catatan Harian

No.	Hari/Tanggal	Nama Peserta didik	Kejadian
1.	05/10/2021	Taufiqurahman	
2.	05/10/2021	Angga	
3.	05/10/2021	Ahmad Mursidi	
4.	05/10/2021	Sri Hariani	
5.	05/10/2021	Nanang Apandi	

Kolom kejadian diisi dengan kejadian positif maupun negatif. Catatan dalam lembaran buku tersebut, selain bermanfaat untuk merekam dan menilai perilaku peserta didik, sangat bermanfaat pula untuk menilai sikap peserta didik serta dapat menjadi bahan dalam penilaian perkembangan peserta didik secara keseluruhan. Selain itu, dalam observasi perilaku, dapat juga digunakan daftar cek yang memuat perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan muncul dari peserta didik pada umumnya atau dalam keadaan tertentu.