

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK

### 1. Identitas Sekolah

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 3 SIMPANG PESAK  
Kelas : 4  
Pelajaran : Atletik  
Sub Pelajaran : Lempar Turbo (Lembing Anak)  
Pertemuan : 1  
Alokasi waktu : 3 x 35 menit (105 menit)

### 2. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
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, sekolah, dan tempat bermain.
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.

### 3. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

#### Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
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 berbagai macam teknik dasar permainan lempar turbo dengan baik dan benar. (C2) 3.3.2. Menganalisis berbagai macam teknik dasar permainan lempar turbo dengan baik dan benar (C4)
4.3	Mempraktikkan variasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/ olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.	4.3.1 Mempraktikkan variasi teknik dasar permainan lempar turbo dengan baik dan benar.(P3)

#### 4. Tujuan Pembelajaran

Setelah menyimak dan melakukan pengamatan di dalam video pembelajaran dari youtube yang di tampilkan menggunakan proyektor, diharapkan :

1. Melalui diskusi kelompok, peserta didik dapat **menjelaskan** teknik dasar permainan lempar turbo.
2. Melalui pengamatan video, peserta didik dapat **menganalisis** teknik dasar permainan lempar turbo.
3. Melalui Pengamatan video dan gambar, peserta didik dapat **memahami** teknik dasar permainan lempar turbo
4. Melalui Pengamatan video dan gambar, peserta didik dapat **mengkritisi** teknik dasar permainan lempar turbo
5. Melalui pengamatan video dan gambar, peserta didik mampu **menjelaskan** teknik dasar permainan lempar turbo dengan tepat.
6. Melalui pengamatan video dan gambar, peserta didik dapat **mempraktikkan** teknik dasar permainan lempar turbo dengan baik.

#### 5. Penguatan Pendidikan Karakter (PPK):

- Religius
- Mandiri
- Kedisiplinan
- Gotong royong
- Kejujuran
- Kerja keras
- Percaya diri
- Kerjasama

#### 6. Materi Pembelajaran

Kids atletik Lempar Turbo

## 7. Metode Pembelajaran

- a) Model : *Discovery Learning*
- b) Pendekatan : *Saintifik*
- c) Metode Pembelajaran : Ceramah diskusi, tanya jawab, pengamatan, demonstrasi Metode

## 8. MEDIA, ALAT DAN SUMBER BELAJAR

- Media : Video Pembelajaran, Jaringan Internet, Aplikasi youtube, Laptop, HP android, Proyektor.
- Alat :Pluit, kun krucut, Turbo,
- Sumber belajar : <https://www.youtube.com/watch?v=XM5XQsnmhk> ,  
(Simamora, Berton Supriadi, Buku Guru Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas IV SD/MI/ Berton Supriadi Simamora. - Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud, 2019. berdasarkan Permendikbud RI Nomor 37 Tahun 2018

## 9. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa</li><li>2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal. <b>(Religius)</b></li><li>3. Guru mengabsensi peserta didik</li><li>4. Guru mengingatkan peserta didik untuk selalu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Protokol kesehatan Covid 19) <b>(Mandiri)</b></li><li>5. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita. <b>(Disiplin)</b></li><li>6. Pembiasaan membaca/menulis 5 menit dimulai dengan guru menceritakan tentang</li></ol>	20 Menit

	<p>atletik. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan <b>kegiatan literasi</b> dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa yang tergambar pada sampul buku.</li> <li>• Apa judul buku</li> <li>• Kira-kira ini menceritakan tentang apa</li> <li>• Pernahkan kamu membaca judul buku seperti ini</li> </ul> <p>7. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.</p>	
<p><b>Kegiatan Inti</b></p>	<p><b>A. Pemberian Stimulus</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang Permainan Lempar Turbo melalui tampilan power point. (<b>Mengamati</b>)</li> <li>2. Peserta didik memperhatikan, melihat dan mendengarkan arahan guru tentang materi dan video youtube Permainan Lempar Turbo <a href="https://www.youtube.com/watch?v=f5nGt7s4BS8">https://www.youtube.com/watch?v=f5nGt7s4BS8</a> . (<b>Mandiri</b>)</li> <li>3. Guru mengajukan pertanyaan terkait video yang ditampilkan (<b>Menanya</b>)       <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Apa yang kalian amati dalam video?</li> <li>b. Gerakan apa sajakah yang dapat kalian lihat pada video?</li> <li>c. Apakah manfaat dari kegiatan tersebut?</li> </ol> </li> <li>4. Guru mengarahkan peserta didik untuk memperhatikan video dengan baik</li> </ol> <p><b>B. Mengidentifikasi Masalah</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengorganisir peserta didik untuk membuat kelompok kecil</li> <li>2. Guru membagikan LKPD kepada peserta didik.</li> <li>3. Peserta didik mengerjakan LKPD bersama teman kelompok (<b>Tanggungjawab</b>)</li> <li>4. Peserta didik berdiskusi terkait Gerakan Permainan Lempar Turbo (<b>kerjasama</b>)</li> </ol>	<p>70 Menit</p>

5. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan
6. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami.

**(Communication)**

### **C. Mengumpulkan Informasi**

1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang Permainan Lempar Turbo. **(Critical Thinking, Collaboration)**
2. Peserta didik mencari informasi terkait dengan materi baik dari vidio,buku maupun sumber-sumber yang relevan
3. Peserta didik mengembangkan materi serta mencari informasi tentang Gerakan Permainan Lempar Turbo

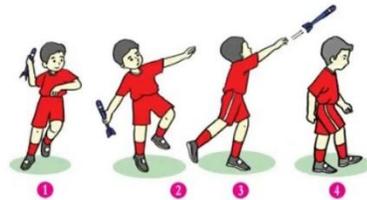
### **D. Mengolah Data**

1. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.
2. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara melempar turbo dengan bimbingan guru.
3. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan
4. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.
5. Peserta didik menetapkan hipotesis gerakan dan dituangkan dalam LKPD

### **E. Membuktikan Hipotesis / mencoba**

1. Peserta didik di kumpulkan di lapangan untuk memulai praktek lempar turbo.
2. Sebelum memulai kegiatan lempar turbo,guru mengajak siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu, untuk menghindari cedera.

3. Kemudian guru harus memberikan pembelajaran lempar turbo setahap demi setahap sampai mahir.
4. Dengan bimbingan guru siswa mempraktikkan teknik dasar melempar turbo secara bergantian.  
**(Creativity, Collaboration)**



#### F. Mengkomunikasikan

1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temannya.  
**(Mandiri)**
2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru. **(Communication)**

#### G. Menarik kesimpulan

1. Guru mengevaluasi gerakan-gerakan yang dilakukan oleh semua kelompok.  
**(Menganalisis dan evaluasi gerakan )**
2. Guru memberikan penjelasan dan penguatan materi agar peserta didik lebih yakin dan memahami materi pelajaran.

<p><b>Kegiatan Penutup</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan (gerakan statis).</li> <li>2. Siswa bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung : Apa saja yang telah dipelajari dari kegiatan hari ini?</li> <li>3. Guru menjelaskan kesimpulan dalam pembelajaran permainan lempar turbo.</li> </ol>	<p>15 Menit</p>
--------------------------------	---	-----------------

4. Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya.
5. Salam dan do'a penutup. **(Religius)**

**Catatan :**

Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: Religius, Mandiri, Kedisiplinan, Gotong royong, Kejujuran, Kerja keras, Percaya diri, Kerjasama.

**10. PENILAIAN**

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari

pengamatan sikap

tes pengetahuan

praktek/unjuk kerja .

**A. Lempar Turbo (Penilaian Praktek)**

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Melakukan lempar turbo	1. Mampu mempraktekan teknik dengan baik	Mampu mempraktekan teknik cukup baik.	Mampu mempraktekan teknik kurang baik.	Tidak memenuhi semua kriteria

**Catatan Guru**

1. Identifikasi Masalah :.....

2. Rencana aksi :.....

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Simpang Pesak, Oktober 2021  
Guru PJOK

ARSYAD, S.Pd.S.D  
NIP. 19651117 200501 1 005

SAKA BATHARA YUDA, S.Pd  
NIP. 19900117 201501 1 001