

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SDN 105435 SUMBU JAMBU
Kelas / Semester : I / 1
Tema 2 : Kegemaranku
Sub Tema 1 : Gemar Berolahraga
Pembelajaran : 2
Alokasi Waktu : 10 Menit

Kompetensi Dasar:

3.2 Memahami gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional



4.2 Mempraktikkan gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Dengan bercerita tentang olahraga dan permainan kegemarannya, siswa dapat menggunakan kosakata tentang cara memelihara kesehatan dengan tepat.
- Dengan mengamati gambar, siswa dapat memahami prosedur gerakan menekuk tanpa berpindah tempat dengan tepat dan percaya diri.
- Dengan mengamati gambar dan menyimak petunjuk dari guru, siswa dapat mempraktikkan gerakan pemanasan dengan tepat dan percaya diri.

B. KEGIATAN PENBELAJARAN

Kegiatan	Uraian Kegiatan	Alokasi
Pembuka	<ul style="list-style-type: none">- Guru membuka pembelajaran dengan melakukan presensi kemudian dilanjutkan dengan berdoa- Guru mengaitkan pembelajaran yang lalu dengan topik yang akan dipelajari (apersepsi)- Guru Memberikan motivasi kepada siswa tentang tujuan dan manfaat yang didapat setelah mempelajari topik “Aktivitas Pengembangan Pola Gerak Dasar Nonlokomotor” dalam kehidupan sehari-hari.- Pemanasan	2 Menit
Inti <i>(sintaks model</i>	<p>Pemberian Rangsangan :</p> <ul style="list-style-type: none">➢ Guru menyajikan 3 gambar gerakan non lokomotor➢ Guru melakukan Tanya jawab kepada siswa berkaitan dengan gambar yang diamati	5 Menit

<p><i>discovery learning)</i></p>	<p>Mengamati :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa menyimak cerita tentang olahraga yang dibacakan oleh guru. ➤ Siswa menyerap informasi yang ada pada teks. ➤ Guru memeriksa pemahaman siswa terhadap teks dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan: <ul style="list-style-type: none"> » Apa yang dilakukan sebelum berolahraga? » Apakah manfaat pemanasan? ➤ Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk bertanya hal-hal yang ingin diketahui berdasarkan teks yang dibacakan dan gambar yang diamati. <p>Berlatih :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Di depan barisan, guru memberi contoh gerakan dan memberikan instruksi dengan bunyi peluit setiap ganti gerakan. ➤ Setiap gerakan dapat diulangi 4 kali <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>Berdiskusi</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa menceritakan permainan atau olahraga yang disukai. ➤ Guru dapat memandu siswa bercerita dengan menstimulasi informasi yang berkaitan dengan olahraga dan pemanasan ➤ Nama permainan/olahraga kesukaan ➤ Cara memainkannya ➤ Waktu memainkan permainan/olahraga tersebut ➤ Tingkat keseringan memainkan permainan tersebut ➤ Manfaat memainkan permainan/olahraga tersebut bagi kesehatan 	
<p>Penutup</p>	<p>Refleksi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guru memimpin diskusi kelas dan membantu siswa dalam membuat kesimpulan besar tentang kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan. - Siswa diminta untuk merefleksikan: <ul style="list-style-type: none"> • Sikap apa saja yang perlu mereka bangun untuk menciptakan hidup sehat dan bugar • Manfaat apa yang akan kita dapatkan apabila kita selalu menjaga kesehatan - Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan berdoa bersama. 	<p>3 Menit</p>

C. SUMBER, ALAT DAN MEDIA PEMBELAJARAN

- Buku teks Pelajaran Kurikulum k13 kelas 1 tema 2 (Kegemaranku)
- Gambar gerakan pemanasan

**Mengetahui
Kepala Sekolah,**

**Sumbu Jambu, 04 november 2021
Guru PJOK**

()
NIP.

(**SUPIADI,S.Pd**)
NIP. 19840203 200903 1003

LAMPIRAN 1

D. MATERI PEMBELAJARAN

- Memperagakan gerak dasar Non lokomotor
- Melakukan Pemanasan

E. METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan : *Saintifik* (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi / mencoba, mengasosiasi / mengolah informasi, dan mengkomunikasikan)
- Metode : Permainan/simulasi, diskusi, tanya jawab, penugasan dan ceramah

LAMPIRAN 2

F. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian Sikap : Pengamatan dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan

1. Penilaian Sikap

No	Nama	Perubanan tingkah laku											
		Disiplin				Peduli				Tanggung Jawab			
		K	C	B	SB	K	C	B	SB	K	C	B	SB
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Irwansyh Putra												
2	Nazwa												
3	Aidil Syahputra												
4	Fahri Irawn Purba												
5	Mhd. Agus Salim												
Dst												

Keterangan:

K (Kurang) : 1, C (Cukup) : 2, B (Baik) : 3, SB (Sangat Baik) : 4

2. Penilaian Pengetahuan

- a. Latihan memahami prosedur gerakan pemanasan yang diamati dari gambar
- b. Melakukan Gerakan pemanasan dengan benar dan teratur

3. Penilaian Keterampilan

1. Menceritakan tentang permainan/olahraga kegemaran
2. Memeragakan gerakan pemanasan

Kriteria	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang
	(4)	(3)	(2)	(1)
1. Menceritakan tentang permainan/olahraga kegemaran	Cerita meliputi Bagaimana cara memainkannya, kapan biasanya memainkannya, seberapa sering memainkannya, serta manfaat memainkan permainan/olahraga tersebut bagi kesehatan	Hanya memenuhi 3 kriteria	Hanya memenuhi 2 kriteria	Belum mampu
2. Mempraktikkan prosedur gerakan menekuk tanpa berpindah tempat sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dalam berbagai gerakan pemanasan	Melakukan gerakan dengan tepat tanpa intervensi guru.	Melakukan gerakan dengan tepat namun dengan intervensi minimal	Gerakan kurang tepat dan perlu intervensi yang cukup	Belum mampu melakukan gerakan dengan

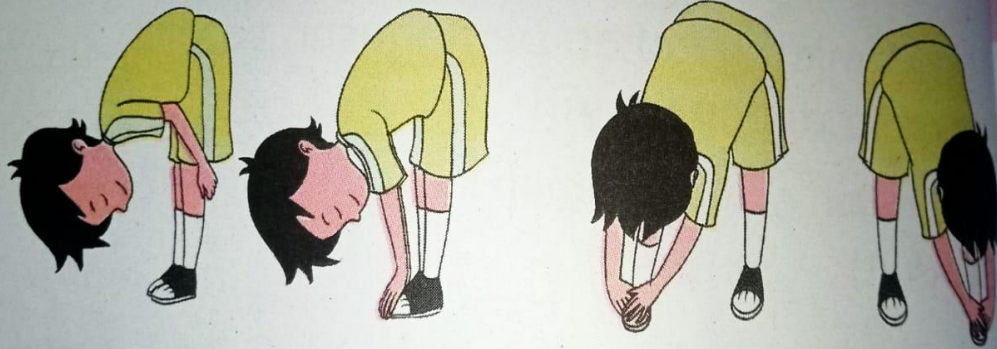
GAMBAR GERAK DASAR NON LOKOMOTOR



GAMBAR GERAKAN PEMANASAN



Setelah pemanasan, lakukanlah gerakan-gerakan seperti gambar berikut:



Ulangi setiap gerakan hingga 4 (empat) kali.