



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD NEGERI SURAWANGI I
Kelas / Semester : 6/1
Pelajaran : Atletik (Lari Cepat)
Sub Pelajaran : Gerakan Lari
Pertemuan : 2
Alokasi waktu : 2 x 45 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan gerakan lari dalam olahraga atletik lari cepat dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan gerakan ayunan tangan saat lari dalam olahraga atletik lari cepat dengan lancar.
3. Setelah mencoba siswa mampu mempraktikkan gerakan lompat kijang dalam olahraga atletik lari cepat dengan lancar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">❖ Diawali dengan Salam dan Dilanjutkan Dengan Membaca Doa❖ Mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi)❖ Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. (Motivasi)	15 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang gerakan lari cepat. <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Critical Thinking and Problem Formulation) <p>C. Menalar</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan gerakan lari cepat.2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak.3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara gerakan lari cepat dengan bimbingan guru4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. (Creativity and Innovation) <p>D. Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none">1. Sebelum memulai kegiatan gerakan lari cepat, guru harus mempelajari teknik gerakan lari cepat setahap demi setahap sampai mahir.2.3. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas empat orang, kemudian praktikkan cara gerakan lari cepat secara bersama-sama. (Gotong Royong) <p>E. Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya. (Mandiri)2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru. (Communication)	65 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.2. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga.3. Sebagai penutup, siswa diminta melakukan refleksi kegiatan yang sudah mereka lakukan sepanjang hari ini. (Critical Thinking and Problem Solving)	10 menit



C. 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 dan kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian sebagai berikut.

A. Gerakan Lari

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Gerakan Lari	1. Mampu mempraktekan teknik dengan baik 2. Mampu mempraktekan teknik cukup baik. 3. Mampu mempraktekan teknik kurang baik.	Memenuhi kriteria 2	Memenuhi kriteria 3	Tidak memenuhi semua kriteria

D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pedoman Guru Kelas 6 dan Buku Siswa Kelas 6 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).
2. Internet.
3. Media Pengajaran Kelas VI SD/MI .
4. Video/slide Gerakan Lari.

Catatan Guru

1. Masalah :.....
2. Ide Baru :.....
3. Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala SDN Surawangi I

Jatiwangi, 11 Nopember 2021

Guru PJOK

W A R Y O, S.Pd
NIP. 19721212 200701 1 011

W A R Y O, S.Pd
NIP. 19721212 200701 1 011