

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
KURIKULUM 2013 (Luring dan Daring)

Satuan Pendidikan	: SD NEGERI 07 SIMAWANG
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan
Tema	: 4
Sub Tema	: 1
Pembelajaran	: 1 .
Kelas / Semester	: VI / 1
Materi Pembelajaran	: mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor Dan non lokomotor dalam gerak dasar Atletik
Materi Pokok	: Lari jarak pendek (start jongkok, berlari dan masuk finish)
Pembelajaran Ke	: 1
Alokasi Waktu	: 2 x 30 mmenit

A. KOMPETENSI INTI (KI)

1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman,guru, dan tetangga.
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 dan di sekolah.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis dalam karya yang estetik, 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 (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.1 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional.	3.1.1 Menganalisis olahraga yang tergolong Atletik 3.1.2 Menganalisis lari jarak pendek atau lari sprint 3.1.3 Mengidentifikasi teknik lari jarak pendek atau lari Sprint (teknik star jongkok,lari dan memasuki garis finis)
4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan olahraga tradisional.	4.1.1 Melakukan teknik star jongkok, berlari dan memasuki garis finish dalam lari jarak pendek (lari Sprint)

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mendengarkan penjelasan materi berupa video atau membaca teks dan mengamati gambar tentang lari jarak pendek siswa dapat:

1. Dengan mengamati video peserta didik mampu menganalisis olahraga yang tergolong atletik
2. Dengan mengamati video peserta didik mampu menganalisis lari jarak pendek atau lari sprint
3. Dengan mengamati video peserta didik mampu mengidentifikasi teknik lari jarak pendek atau lari cepat
4. Dengan mengamati video peserta didik mampu mempraktikkan teknik start jongkok, teknik berlari dan teknik memasuki garis finish dengan benar.
5. Dengan mengamati video peserta didik mampu mempraktikkan teknik lari jarak pendek atau lari Sprint dengan benar.

B. MATERI PEMBELAJARAN

- Lari jarak pendek (start jongkok sikap tubuh saat berlari dan masuk finish)

C. METODE PEMBELAJARAN

- a. Model : *problem based learning*
- b. Pendekatan : *SAINTIFIC*, berbasis *STEAM*
- c. Metode Pembelajaran : Diskusi, tanya jawab, pengamatan , demonstrasi , ceramah praktek

D. MEDIA, ALAT DAN SUMBER BELAJAR

Media : *WhatShapp, Gambar, Video pembelajaran tentang start, berlari dan masuk finish.*

Alat : HP android, laptop, infokus, bola karet, pluit.

Sumber Belajar : Buku Guru dan buku siswa PJOK SD KELAS VI, Video pembelajaran, artikel, Internet / You Tube dan sumber lain yang relevan.

E. KEGIATAN PEMBELAJARAN (Luring dan Daring)

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">➤ Melakukan pembukaan dengan senyum, salam dan sapa, membaca doa, mengingatkan siswa untuk mengambil absen, memastikan siswa siap untuk selalu mengikuti pembelajaran dan selalu mengingatkan tentang disiplin mematuhi protokol kesehatan covid 19, menyanyikan nyanyi wajib nasional, mengaitkan Materi yang akan dipelajari dengan pengalaman peserta didik➤ Memberikan gambaran tentang tujuan pembelajaran yang akan dicapai	15 MENIT
Kegiatan	Oeriantasi peserta didik pada masalah	

Inti	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru. https://www.youtube.com/watch?v=tW5146oyTSs <p>Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru membagi kelompok. ➤ Guru memastikan setiap anggota kelompok memahami tugasnya masing-masing ➤ Peserta didik berdiskusi dan membagi tugas untuk mencari data bahan / alat yang di perlukan untuk penyelesaian masalah. <p>Membimbing penyelidikan secara individu atau kelompok</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memantau keterlibatan peserta didik mengumpulkan data / bahan selama proses pembelajaran. ➤ Peserta didik melakukan penyelidikan (mencari data / referensi / sumber untuk bahan diskusi kelompok. <p>Mengembangkan dan menyajikan hasil penyelesaian masalah</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Peserta didik berbagi informasi dan diskusi untuk menemukan dan menentukan solusi yang di anggap tepat untuk penyelesaian masalah ➤ Peserta didik menyusun hasil kerja yang dapat berupa paparan, peragaan. <p>Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Melakukan pemanasan sebelum melakukan kegiatan ➤ Peserta didik mempresentasikan hasil kerja ➤ Peserta didik yang lain memberikan tanggapan terhadap kerja peserta didik yang mempresentasikan. ➤ Guru dan peserta didik memberikan apresiasi atas partisipasi dari semua kelompok ➤ Guru memberikan poin bagi siswa yang aktif dalam kegiatan diskusi ➤ Melakukan gerakan pendinginan. ➤ Membuktikan materi gerak dasar lari cepat (start jongkok, berlari dan masuk finish) melalui vidio ➤ Link video https://www.youtube.com/watch?v=vX5QThWIMqs 	<p>30 MENIT</p>
-------------	---	---------------------

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru dan peserta didik melakukan revidi dan refleksi atas pembelajaran yang di lakukan. 	
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Menyimpulkan materi pembelajaran bersama siswa ➤ Peserta didik yang telah bisa menyimpulkan pelajaran di beri reword. ➤ Memastikan siswa memperoleh pemahaman terhadap materi yang telah disampaikan. ➤ Guru menjelaskan materi pelajaran pertemuan berikutnya. ➤ Berdo'a untuk menutup pembelajaran dan mengucapkan salam serta guru memberikan pesan moral kepada seluruh peserta didik. 	15 MENIT

F. PENILAIAN/AESMEN

1. Penilaian Sikap

Kejujuran dan kedisiplinan siswa dalam mengerjakan soal latihan dan tanggung jawab membuat tugas harus tepat waktu serta Keaktifan siswa dalam melakukan pembelajaran , berbahasa dengan santun.

2. Penilaian Pengetahuan

Menjawab soal-soal yang diberikan oleh guru

3. Penilaian Keterampilan

Keterampilan yang dilakukan oleh siswa sesuai dengan yang telah dipelajari.

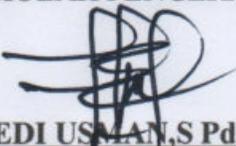
Mengetahui
Kepala SDN 07 Simawang



EDI USMAN, S.P.d
NIP. 19701171999121001



Ombilin, 8 November 2021
SEKOLAH Pengerak



EDI USMAN, S Pd
197011171999121001