

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SDN NEGLA 02	Bab/Pelajaran I : Gerak Dasar Permainan Bola Besar
Mata Pelajaran : PJOK	Materi : Sepak Bola
Kelas/ Semester : V (lima) / 1 (Satu)	Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (4 x 35 menit)

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

Memahami kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*

Siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola

Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*

Siswa dapat mendemonstrasikan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola

**B. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN**

Metode Pembelajaran : *Discovery Learning*

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam dan berdoa.</li> <li>▫ Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan menggunakan yel-yel.</li> <li>▫ Siswa mendengarkan penjelasan dari guru tentang kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan yang akan dicapai.</li> </ul>	10 menit
<b>Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Guru memfasilitasi peserta didik untuk mengakses materi Permainan Bola Besar di <a href="https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html">https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html</a></li> <li>▫ Siswa membaca, mencatat dan mengelompokkan pola gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada permainan sepak bola</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya jawab melalui Wa Grup.</li> <li>▫ Guru memberikan umpan balik secara individu maupun kelompok.</li> </ul> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Siswa melakukan pemanasan secara mandiri dari rumah masing-masing.</li> <li>▫ Siswa berlatih kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif secara mandiri :               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berlari dan mengoper bola (<i>passing</i>) dapat dilakukan dengan pantulan tembok atau berpasangan dengan teman terdekat dari rumahnya</li> <li>- Berlari dan menggiring bola (<i>dribling</i>) dengan kaki bagian dalam/luar secara mandiri di halaman rumah.</li> </ul> </li> <li>▫ Dilanjutkan siswa melakukan kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam menghentikan bola (<i>controlling</i>) dengan pantulan tembok/teman terdekat</li> </ul> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Setelah mencoba dan mengumpulkan informasi kemudian siswa merangkum dan mencatat macam kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada sepak bola</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Siswa menunjukkan hasil resume dan foto/video latihan kombinasi gerak dasar sepak bola melalui WA Grup.</li> </ul>	<p>35 Menit</p> <p>60 menit</p> <p>25 menit</p>
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Peserta didik membuat kesimpulan dibantu dan dibimbing guru.</li> <li>▫ Memberikan tugas dan menyampaikan rencana pembelajaran berikutnya.</li> <li>▫ Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam.</li> </ul>	10 menit

**C. PENILAIAN / ASESMEN**

1. Pengetahuan : Penilaian dilakukan diakhir pertemuan dengan memberikan tugas melalui link yang disediakan
2. Keterampilan : Penilaian praktek gerak mengoper bola secara individu yang dipantulkan ke tembok dengan cara mengirimkan foto/video ke WA Grup

Mengetahui,  
Kepala SDN NEGLA 02

22 September 2020  
Guru PJOK

Mas'ad, S.Pd SD  
NIP. 19620706 198404 1 004

Bambang Hermanto, S.Pd  
NIP. -

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

<b>Satuan Pendidikan</b> : SDN NEGLA 02	<b>Bab/Pelajaran I</b> : Gerak Dasar Permainan Bola Besar
<b>Mata Pelajaran</b> : PJOK	<b>Materi</b> : Sepak Bola
<b>Kelas/ Semester</b> : V (lima) / 1 (Satu)	<b>Alokasi Waktu</b> : 1 x Pertemuan (4 x 35 menit)

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- Memahami kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*
- Siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola voli
- Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*
- Siswa dapat mendemonstrasikan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola voli

**B. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN**

Metode Pembelajaran : *Discovery Learning*

<b>Kegiatan</b>	<b>Deskripsi Kegiatan</b>	<b>Alokasi Waktu</b>
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam dan berdoa.</li> <li>☐ Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan menggunakan yel-yel.</li> <li>☐ Siswa mendengarkan penjelasan dari guru tentang kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan yang akan dicapai.</li> </ul>	10 menit
<b>Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Guru memfasilitasi peserta didik untuk mengakses materi Permainan Bola Besar di <a href="https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html">https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html</a></li> <li>☐ Siswa siswa membaca, mencatat dan mengelompokkan pola gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada permainan bola voli</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya jawab melalui Wa Grup.</li> <li>☐ Guru memberikan umpan balik secara individu maupun kelompok.</li> </ul> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Siswa melakukan pemanasan secara mandiri dari rumah masing-masing.</li> <li>☐ Siswa berlatih kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan passing bawah secara mandiri dari rumah masing-masing: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Luruskan kedua siku di depan badan dan dirapatkan</li> <li>- Posisi badan sedikit membungkuk, pandangan mengarah ke bola</li> <li>- Ayunkan kedua lengan dari bawah ketika bola datang,</li> <li>- Perkenaan bola pada lengan bawah dan atur tenaga yang dikeluarkan</li> </ul> </li> <li>☐ Dilanjutkan siswa melakukan nonlokomotor dan manipulatif dalam gerakan passing atas : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kedua tangan di atas kepala siku sedikit ditekuk, kedua kaki sedikit ditekuk, pandangan ke arah datangnya bola</li> <li>- Dorong bola menggunakan jari-jari diikuti dengan meluruskan tangan</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Setelah mencoba dan mengumpulkan informasi kemudian siswa merangkum dan mencatat macam kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada bola voli.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Siswa menunjukkan hasil resume dan foto/video latihan kombinasi gerak nonlokomotor,manipulatif bola voli pada passing bawah/atas melalui WA Grup.</li> </ul>	<p>35 Menit</p> <p>60 menit</p> <p>25 menit</p>
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☐ Peserta didik membuat kesimpulan dibantu dan dibimbing guru.</li> <li>☐ Memberikan tugas dan menyampaikan rencana pembelajaran berikutnya.</li> <li>☐ Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam.</li> </ul>	10 menit

**C. PENILAIAN / ASESMEN**

1. Pengetahuan : Penilaian dilakukan diakhir pertemuan dengan memberikan tugas pada link yang disediakan
2. Keterampilan : Penilaian praktek melakukan gerakan passing bawah/atas secara mandiri dan mendokumentasikan dengan foto/video kemudian kirim ke WA Grup

Mengetahui,  
Kepala SDN NEGLA 02

22 September 2020  
Guru PJOK

Mas'ad, S.Pd SD  
NIP. 19620706 198404 1 004

Bambang Hermanto, S.Pd  
NIP. -

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Satuan Pendidikan	: SDN NEGLA 02	Bab/Pelajaran I	: Gerak Dasar Permainan Bola Besar
Mata Pelajaran	: PJOK	Materi	: Sepak Bola
Kelas/ Semester	: V (lima) / 1 (Satu)	Alokasi Waktu	: 1 x Pertemuan (4 x 35 menit)

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

- Memahami kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*
- Siswa dapat menjelaskan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket
- Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional\*
- Siswa dapat mendemonstrasikan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket

**A. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN**

Metode Pembelajaran : *Discovery Learning*

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Guru membuka pelajaran, mengucapkan salam dan memimpin berdoa.</li> <li>▪ Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan (dengan yel-yel)</li> <li>▪ Siswa mendengarkan penjelasan dari guru tentang kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan yang akan dicapai.</li> </ul>	10 menit
<b>Inti</b>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Guru memfasilitasi peserta didik untuk mengakses materi Permainan Bola Besar di <a href="https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html">https://diolahragaku.blogspot.com/2020/07/Permainan%20.html</a></li> <li>▫ Siswa siswa membaca, mencatat dan mengelompokkan pola gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada permainan bola basket</li> </ul> <p><b>Menanya</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya jawab melalui Wa Grup</li> <li>▫ Guru memberikan umpan balik secara individu maupun kelompok.</li> </ul> <p><b>Mencoba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa melakukan pemanasan secara mandiri dari rumah masing-masing.</li> <li>▪ Siswa kombinasi gerak manipulatif dan nonlokomotor dalam gerakan mengoper bola (<i>passing</i>) dirumah masing-masing secara mandiri :               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan gerak menekuk siku dan mengoper bola (<i>chest pass</i>)</li> <li>- Siswa melakukan gerak lemparan di atas kepala (<i>shooting</i>)</li> <li>- Siswa melakukan lemparan bola pantul (<i>bounce pass</i>)</li> </ul> </li> <li>▪ Selanjutnya siswa melakukan gerakan menangkap bola               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan menekuk lengan dan menangkap bola lambung</li> <li>- Siswa membungkukkan badan dan menangkap bola menggelinding</li> </ul> </li> <li>▪ Kemudian siswa melakukan gerakan menggiring bola (<i>dribble</i>)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menggiring bola di tempat dengan memantul mantulkan bola ke lantai</li> <li>- Menggiring bola dengan berjalan atau berlari</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Siswa meresume dan mengelompokkan macam kombinasi gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif pada bola basket.</li> </ul> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Siswa menunjukkan hasil resume dan foto/video latihan kombinasi gerak nonlokomotor,manipulatif bola basket melalui WA Grup</li> </ul>	<p>35 Menit</p> <p>60 menit</p> <p>25 menit</p>
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Peserta didik membuat kesimpulan dibantu dan dibimbing guru.</li> <li>▪ Memberikan tugas dan menyampaikan rencana pembelajaran berikutnya.</li> <li>▪ Menutup pelajaran dengan berdo'a dan salam.</li> </ul>	10 menit

**B. PENILAIAN / ASESMEN**

1. Pengetahuan : Penilaian dilakukan diakhir pertemuan dengan memberikan tugas pada link yang disediakan
2. Keterampilan : Penilaian praktek melakukan gerakan *mendribble* bola basket secara mandiri dan mendokumentasikan dengan foto/video kemudian kirim ke WA Grup

Mengetahui,  
Kepala SDN NEGLA 02

Mas'ad, S.Pd SD  
NIP. 19620706 198404 1 004

Losari, 22 September 2020  
Guru PJOK

Bambang Hermanto, S.Pd  
NIP. -