

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN LURING PJOK

Satuan Pendidikan : SD INPRES NAIKOTEN 1 KUPANG
Kelas / Semester : 5 /1
Pelajaran : Sepak Bola
Sub Pelajaran : Menendang Bola
Pertemuan : 1
Alokasi waktu : 1 Hari

A. 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.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Muatan: PJOK

No	Kompetensi	Indikator
3.1	Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	3.1.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola.
4.1	Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1.1 Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan sepak bola.

C. TUJUAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu menjelaskan langkah gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan menendang bola dalam permainan sepak bola dengan lancar.

Nilai Karakter

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

D. MATERI

Menendang bola dalam permainan sepak bola.

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*
Strategi : *Cooperative Learning*
Teknik : *Example Non Example*
Metode : Permainan, Tanya Jawab, Diskusi dan Praktek

F. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa 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. (Menghargai kedisiplinan siswa/PPK). 3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita. 4. Pembiasaan membaca/menulis 15-20 menit dimulai dengan guru menceritakan tentang sepak bola. Sebelum membacakan buku guru menjelaskan tujuan kegiatan literasi dan mengajak siswa mendiskusikan pertanyaan-pertanyaan berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang tergambar pada sampul buku. • Apa judul buku • Kira-kira ini menceritakan tentang apa • Pernahkan kamu membaca judul buku seperti ini 5. Guru menyiapkan fisik dan psikis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak. 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini. 7. Pada awal pelajaran, guru menyampaikan kepada siswa mereka akan bermain di luar kelas. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan. 	10 menit
Kegiatan Inti	<p>A. Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang menendang bola dalam permainan sepak bola. (Mandiri) <p>B. Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan 2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Communication) <p>C. Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan menendang bola. Critical Thinking) 2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak. 3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan memperagakan cara menendang bola dengan bimbingan guru. 4. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 5. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>D. Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan menendang bola, siswa harus mempelajari teknik menendang bola setahap demi setahap sampai mahir. 2. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas dua orang, kemudian praktikkan cara menendang bola secara bersama-sama. (Collaboration, Creativity) <p>E. Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini 	150 menit

	<p>secara lesan kepada teman temanya. (Mandiri)</p> <p>2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lesan di depan teman dan guru. (Communication)</p>	
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> Salam dan do'a penutup. 	15 menit

G. 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 praktek/unjuk kerja .

A. Teknik menendang bola

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Ketepatan dalam menendang Bola	1. Teknik yang digunakan tepat 2. Tepat sesuai sasaran 3. Kekuatan tendangan cukup	Memenuhi 2 kriteria	Memenuhi 2 kriteria	Tidak memenuhi semua kriteria

H. SUMBER DAN MEDIA

- Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017)..
- Internet.
- Media Pengajaran kelas 5 SD/MI
- Buku PJOK KTSP Kementerian Pendidikan RI
- Video/slide menendang bola.

Catatan Guru

- Masalah :.....
- Ide Baru :.....
- Momen Spesial :.....

Mengetahui
Kepala sekolah

Martha Lynda Mbau,S.Pd
NIP.19660407 198712 2 008

Kupang, 27 Juli 2020
Guru PJOK

Ismail Fernandez,S.Pd