

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SDN SUMBERWULUH 05  
Kelas/ Semester : 4 / 1 (Satu)  
Tema/ Subtema : IndahNya Kebersamaan / Bersyukur atas Keberagaman  
Pembelajaran : 5  
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (4 x 35 Menit)

### A. Kompetensi Inti (KI)

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

PJOK

Kompetensi Dasar:

- 3.9 Memahami pengaruh aktivitas fisik dan istirahat terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh
- 4.2 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola kecil yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola kecil

Indikator :

- 4.2.1 Mendemonstrasikan keterampilan memukul, melempar dan menangkap bola, serta keterampilan berlari dalam permainan kasti

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan bermain kasti, siswa mampu mengaplikasikan keterampilan memukul, melempar, dan menangkap bola, serta keterampilan berlari dengan benar.

### D. Materi Pembelajaran

1. Melempar, menangkap, dan memukul bola

### E. Metode dan Pendekatan Pembelajaran

Metode : Demonstrasi, tanya jawab dan diskusi

Pendekatan : Saintifik (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, eksperimen, mengasosiasi/mengolah informasi, dan mengkomunikasikan).

Model : Problem Based Learning (PBL)

F. Media, Alat, dan Sumber Belajar

Media dan Alat :

- Bola kecil, pemukul kayu, piring kaca, piring plastik, piring kaleng, gabus, dua tabung kertas, beberapa buku, arloji yang berdetak.

Sumber:

Afriki dkk. 2013. *Buku Siswa Tema 1 “Indahnya kebersamaan”*. *Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membuka menyapa siswa dan menanyakan keadaan mereka.</li> <li>- Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa</li> <li>- Guru memberi motivasi kepada siswa agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan.</li> <li>- Siswa mendengarkan penjelasan dari guru kegiatan yang akan dilakukan hari ini dan apa tujuan yang akan dicapai dari kegiatan tersebut dengan bahasa yang sederhana dan dapat dipahami.</li> </ul>	10 Menit
Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa pergi ke lapangan untuk melakukan kegiatan olahraga.</li> <li>- Siswa memeragakan aktivitas lempar tangkap bola kecil berdasarkan contoh yang diberikan guru.</li> </ul> <div data-bbox="467 1454 1125 2561" style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center; background-color: #f4a460; color: white; padding: 2px;"><b>A. Melempar Bola</b></p> <p><b>1. Melempar Bola Melambung</b></p> <p>Cara melakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bola dipegang dengan tangan kanan.</li> <li>• Pandangan ditujukan pada arah sasaran lemparan.</li> <li>• Sikap badan sedikit canggung ke belakang.</li> <li>• Ayunkan bola dari belakang menuju ke depan atas sehingga bola lepas dan melambung jauh.</li> <li>• Lakukan beberapa kali berpasangan dengan temanmu.</li> </ul>  <p><b>2. Melempar Bola Mendatar atau Lurus</b></p> <p>Cara melakukan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pandangan menghadap ke arah sasaran lemparan.</li> <li>• Bola dipegang dengan tangan kanan.</li> <li>• Kedua kaki dibuka silang ke depan dan lutut agak diteuk.</li> <li>• Langkahkan kaki satu langkah, lalu lempar bola lurus ke arah depan.</li> <li>• Lakukan berulang-ulang berpasangan dengan temanmu.</li> </ul>  <p><b>3. Melempar Bola Rendah</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Langkahkan satu kaki ke depan.</li> <li>• Ayunkan bola dari atas menuju depan bawah sehingga meluncur setinggi lutut penerima.</li> <li>• Pandangan selalu menuju pada bola.</li> <li>• Lakukan berulang-ulang dengan pasanganmu.</li> </ul>  </div>	120 Menit

	<p style="text-align: center;"><b>B. Menangkap Bola</b></p> <p>Selain melempar, seorang pemain kasti yang baik harus juga dapat menangkap bola. Untuk dapat menangkap bola kita harus memperhatikan arah datangnya bola.</p> <p><b>1. Menangkap Bola Datar</b></p>  <p><b>2. Menangkap Bola Melengkung</b></p>  <p><b>2. Menangkap Bola Rata Tanah</b></p>  <p><b>3. Menangkap Bola Lurus Rata Dada</b></p>  <p>- Siswa mempraktikkan keterampilan melempar dan menangkap bola ini dalam permainan kasti.</p> 	
<p>Penutup</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa bersama-sama guru membuat rangkuman/ simpulan dari kegiatan hari itu.</li> <li>- Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi)</li> <li>- Guru meminta salah seorang siswa untuk memimpin doa.</li> </ul>	<p>10 Menit</p>

H. Penilaian

1. Teknik Penilaian

Penilaian Sikap: kerjasama, tanggungjawab, dan teliti

Penilaian Pengetahuan : tertulis

Penilaian Keterampilan: diskusi ulasan bacaan, laporan percobaan, menyanyi

## 2. Bentuk Instrumen Penilaian

Beri tanda centang (√) pada kriteria yang mampu dilakukan siswa.

No.	Kriteria	Sikap/keterampilan	Ya	Tidak
1.	Sikap	Pantang menyerah		
		Berusaha		
		Berani		
2.	Permainan kasti	Memukul bola		
		Menangkap bola		
		Melempar bola hingga mengenai lawan/sasaran		
		Berlari		

**Mengetahui**  
**Kepala Sekolah,**

**( SUYATMI SP.D SD )**  
**NIP 19700505 199403 2 011**

....., ..... 20 .....

**Guru olahraga**

**( JUAN AFRIANSA )**  
**NIG**