

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

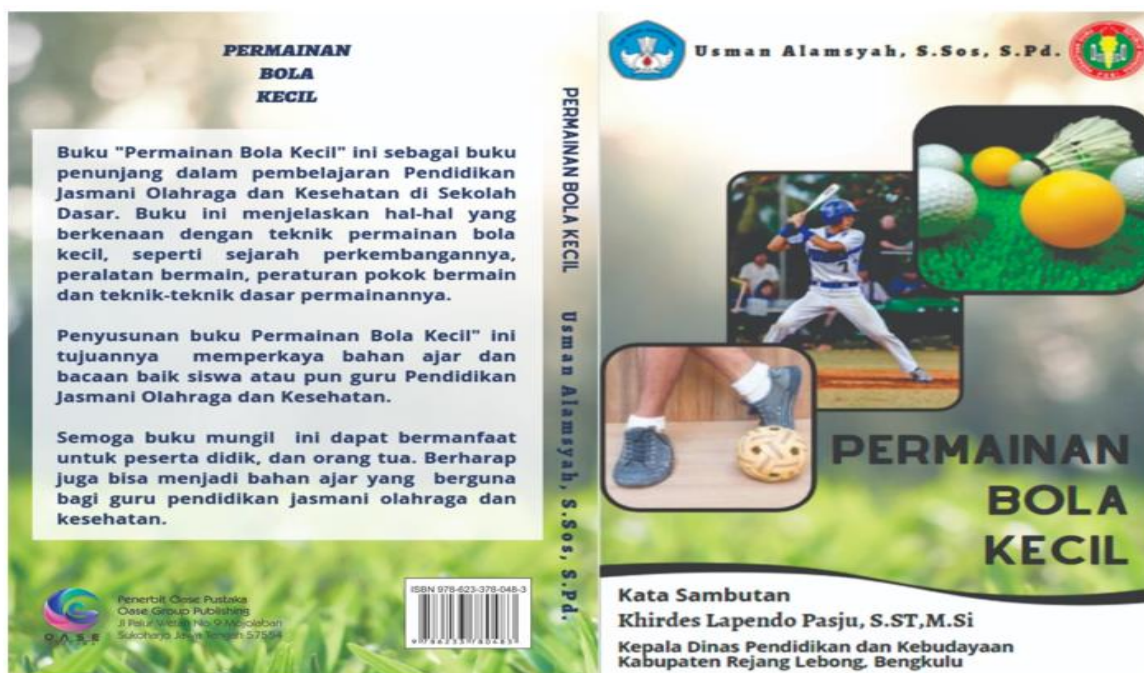
Satuan Pendidikan	: SD Negeri 163 Rejang Lebong
Kelas / Semester	: IV /1
Muatan Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Pelajaran	: Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar Dalam Permainan Bola Kecil
Sub Pelajaran	: Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Kultur
Alokasi waktu	: 1 x Pertemuan (30 Menit)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu dan bisa menjelaskan langkah gerakan melempar bola dalam permainan kultur dengan tepat.
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu dengan mempraktikkan langkah-langkah gerakan melempar bola dalam permainan bola kultur dengan baik dan lancar.

B. MEDIA PEMBELAJARAN DAN SUMBER BELAJAR

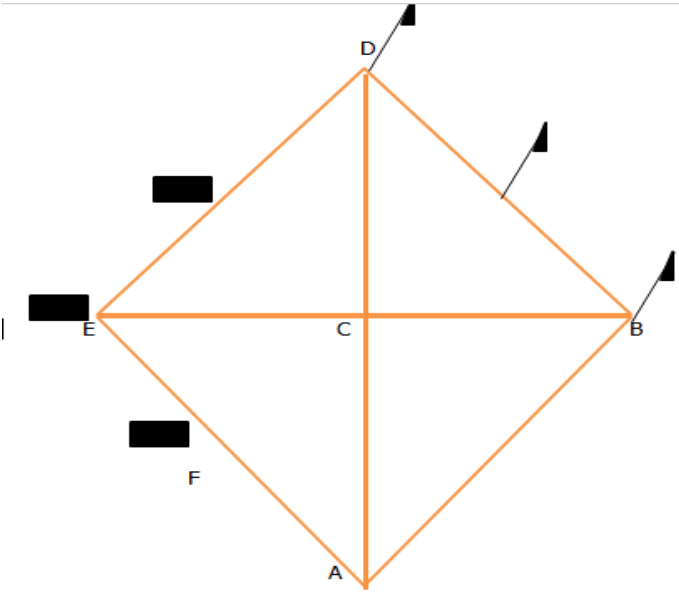
1. Media pembelajaran : Video Youtube, Power Point, Bola Tenis (bisa modifikasi) dan Pemukul
2. Sumber Belajar : Buku guru dan siswa Permainan Bola Kecil



C. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Kelas dimulai dengan ucapan salam dilanjutkan dengan ber do'a. (Religius dan Integritas)2. Menyanyikan salah satu diantara lagu wajib atau lagu Indonesia Raya. (Nasionalisme).3. Membiasakan kegiatan membaca/menulis (Kegiatan literasi)	5 menit

	4. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan dengan stretching, senam dinamis / permainan menyenangkan .	
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati guru menjelaskan tentang , melempar bola , melambung bola, , memukul bola dan menangkap bola dalam permainan bola kultural. (Mandiri) <p>Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan 2. Siswa diharap menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami atau belum jelas. (Communication) <p>Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa disuruh berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan melempar bola. (Critical Thinking, Collaboration) 2. Guru menyuruh kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba hasil diskusinya secara acak. 3. Guru menunjuk beberapa siswa untuk maju dan mempraktekkan cara melempar bola dengan bimbingan guru. 4. Siswa melakukan pengamatan serta menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 5. Guru menyatakan bahwa siswa sudah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan melempar bola, guru wajib mengajarkan teknik melempar bola secara bertahap sampai bisa dan mahir. 2. Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas dua orang atau lebih, lalu mempraktikkan cara melempar bola secara bersamaan. (Creativity, Collaboration) <p>Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menyampaikan proses kegiatan yang dilakukan hari ini secara lisan kepada para temannya. (Mandiri) 2. Siswa mengucapkan penyampaian manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di depan teman dan guru. (Communication) 	20 menit

	<p style="text-align: center;">Gambar Lapangan Kultur</p>  <p style="text-align: center;"><i>Gambar Lapangan Kultur</i></p>	
<p>Kegiatan Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah kegiatan selesai guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan secara bersama-sama. 2. Guru memaparkan kesimpulan tentang pentingnya melakukan kegiatan olahraga. 3. Guru menyampaikan informasi tentang manfaat olahraga pada hari ini bagi tubuh. 4. Penutup memberikan Salam dan do'a. (Religius) 	<p style="text-align: center;">5 menit</p>

D. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian. Format terlampir.

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Rejang Lebong, 25 Nopember 2021
Guru PJOK Kelas IV

Usman Alamsyah,S.Sos,S.Pd
NIP. 198307192008041001

Usman Alamsyah,S.Sos,S.Pd
NIP. 198307192008041001

RENCANA PENILAIAN PEMBELAJARAN

A. Penilaian Kognitif (Pengetahuan)

No	Nama	Aspek yang dinilai			Jumlah Skor	Nilai Kognitif
		1	2	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Keterangan

Skor 1 : Uraian tidak jelas, dan hanya sedikit dari permainan

Skor 2 : Uraian hanya mampu menguraikan tiga rangkaian cara permainan sederhana

Skor 3 : Mampu menguraikan lebih banyak, cara bermain dari peraturan, alat yang dipakai, dan tata cara rangkaian permainannya

Nilai Kognitif = $\frac{\text{Jumlah Skor}}{3}$ =.....

B. Penilaian Keterampilan (Psikomotor)

No	Nama	Variasi pola gerak dasar lokomotor			Variasi pola gerak dasar non lokomotor			Variasi pola gerak dasar manipulative			Variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulative			Jumlah Skor	Nilai Keterampilan
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															

Keterangan

Skor 1 : Siswa kurang mampu menguasai kompetensi dasar dan kurang aktif dalam pembelajaran

Skor 2 : Siswa cukup mampu menguasai kompetensi dasar dan cukup aktif dalam pembelajaran

Skor 3 : Siswa sangat mampu menguasai kompetensi dasar dan aktif dalam pembelajaran Nilai

Nilai Psikomotor = $\frac{\text{Jumlah Skor}}{4}$

C. Penilaian Afektif (Sikap)

No	Nama	Disiplin			Kerjasama			Sportif			Tanggung jawab			Jumlah Skor	Nilai Sikap
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															

Keterangan

Skor 1 : Kurang terlihat

Skor 2 : Cukup terlihat

Skor 3 : Sangat terlihat

Nilai Sikap = Jumlah Skor =

REKAFITULASI PENILAIAN PENDIDIKAN JASMANI,OLAHRAGA DAN KESEHATAN

No	Nama	Pengetahuan	Keterampilan	Sikap	Jumlah	Nilai PJOK
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

Nilai PJOK= $\frac{\text{Nilai Kognitif} + \text{Nilai Afektif} + \text{Nilai Psikomotor}}{3}$ =.....

3

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Usman Alamsyah,S.Sos,S.Pd
NIP. 198307192008041001

Rejang Lebong, 25 Nopember 2021
Guru PJOK Kelas IV

Usman Alamsyah,S.Sos,S.Pd
NIP. 198307192008041001