

**REENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**( RPP )**  
**KOMBINASI GERAK DASAR DALAM BERBAGAI PERMAINAN**  
**BOLA KECIL**



Disusun oleh :  
TAOFIK JAMALUL ANBARI, S.Pd  
Nomor Peserta : 201503986685

**PROGRAM PROFESI GURU DALAM JABATAN**  
**ANGKATAN 1**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**  
**2021**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

( RPP )

**Satuan Pendidikan** : SDN 1 Rancapaku  
**Kelas / Semester** : V / 1  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**Materi** : Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola Kecil  
**Materi Pokok** : Rounders  
**Pembelajaran ke** : 1  
**Alokasi Waktu** : 2 x 35

### 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 estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

### B. KOMPETENSI DASAR ( KD ) dan INDIKATOR

<b>Mata Pelajaran</b>	<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Indikator</b>
PJOK	3.2. Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan	3.2.1. Peserta didik mampu menjelaskan cara melakukan berbagai teknik lemparan bola dalam permainan bola kecil rounders

	keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	
	4.2. Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	4.2.1. Peserta didik mampu mempraktikkan berbagai teknik lemparan bola dalam permainan bola kecil rounders

### C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Meningkatkan kepercayaan diri, berperilaku jujur, tanggung jawab, dan peduli dalam observasi, terampil dan bekerjasama, dalam setiap tindakan
2. Melalui kegiatan mengamati video dan tayangan slide power point peserta didik mampu menjelaskan teknik lemparan melambung, mendatar dan menyusur tanah dalam permainan bola kecil rounders dengan benar.
3. Melalui kegiatan mengamati video dan tayangan slide power point peserta didik mampu mempraktikkan teknik lemparan melambung, mendatar dan menyusur tanah dalam permainan bola kecil rounders dengan benar.

### D. MATERI POKOK

- Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola Kecil
- Rounders

### E. PENDEKATAN/ MODEL DAN METODE PEMBELAJARAN

- Pendekatan / Model : TPACK, PBL
- Metode : Diskusi, tanya jawab, pengamatan , demonstrasi , ceramah secara daring

## F. MEDIA, ALAT DAN SUMBER BELAJAR

- Buku guru, buku siswa PJOK SD Kelas 5, Internet,
- Gmeet/zoonmeet, googleform, whatsapp
- Laptop, HP video, tayangan *slide powerpoint*

## G. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pembukaan dengan salam, melakukan presensi, mengingatkan siswa untuk mengisi kehadiran melalui <i>google form</i>, memastikan siswa siap untuk mengikuti pembelajaran dan selalu mengingatkan tentang disiplin mematuhi protokol covid 19, serta dilanjutkan dengan membaca doa (<b>Orientasi</b>)</li><li>2. Mengaitkan Materi yang akan dipelajari dengan pengalaman peserta didik (<b>Apersepsi</b>)</li><li>3. Memberikan gambaran tentang tujuan pembelajaran yang akan dicapai (<b>Motivasi</b>)</li><li>4. Mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pemanasan sebelum melakukan kegiatan inti.</li></ol>	<b>15</b>
<b>Kegiatan inti</b>	<p>➤ <b>Orientasi peserta didik pada masalah</b> –</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Guru menyajikan video melalui link youtube <a href="https://youtu.be/BHL0eBJk2o">https://youtu.be/BHL0eBJk2o</a> serta tayangan slide dari power point</li><li>- Peserta didik mengamati video dan slide yang di tayangkan dan mengidentifikasi masalah yang ada dalam tayangan video dan slide powerpoint</li></ul> <p>➤ <b>Mengorganisasikan peserta didik untuk belajar</b></p>	<b>40</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membantu peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan tugas belajar yang berhubungan dengan masalah tersebut (menetapkan topik dan tugas)</li> <li>- Peserta didik berdiskusi mencari data, atau bahan-bahan untuk menyelesaikan masalah pada materi gerak dasar cara melempar bola dalam permainan rounders.</li> <li>- Peserta didik membuat modifikasi alat (bola kecil) untuk digunakan dalam gerakan yang ada dalam video</li> <li>➤ <b>Membimbing penyelidikan individu dan kelompok</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membantu peserta didik untuk mengumpulkan informasi yang sesuai, eksperimen untuk mendapatkan penjelasan dan pemecahan masalah, pengumpulan data, hipotesis, dan pemecahan masalah..</li> <li>- Peserta didik melakukan penyelidikan (mencari data/referensi/sumber)</li> </ul> </li> <li>➤ <b>Mengembangkan dan menyajikan hasil karya–</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru memfasilitasi peserta didik untuk mempersentasikan gerakan melempar bola dalam permainan rounders</li> <li>- Peserta didik mempersentasikan gerakan melempar bola dalam permainan rounders</li> </ul> </li> <li>➤ <b>Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</b></li> </ul>	
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru meberikan penghargaan dan masukan dari hasil praktik yang ditampilkan peserta didik</li> <li>- Peserta didik diberi kesempatan untuk menanggapi hasil persentasi temannya</li> <li>- Peserta didik melakukan rangkuman atau evaluasi tentang materi dan hasil persentasi</li> </ul>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru Memastikan siswa memperoleh pemahaman terhadap materi</li> <li>➤ Guru bersama peserta didik membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar</li> <li>➤ Guru memberikan soal evalasi melalui google form Link : <a href="https://forms.gle/hMv9B9X5epCaUE5s7">https://forms.gle/hMv9B9X5epCaUE5s7</a></li> <li>➤ Guru memberikan tugas kepada peserta didik berupa Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) Link google form: <a href="https://forms.gle/twmdVVek4KstfB1R8">https://forms.gle/twmdVVek4KstfB1R8</a></li> <li>➤ Mengakhiri pembelajaran dengan menanyakan perasaan siswa saat belajar secara online.</li> <li>➤ Memberikan motivasi untuk tetap semangat meskipun belajar dari rumah.</li> <li>➤ Menyampaikan informasi pembelajaran selanjutnya.</li> <li>➤ Guru menyampaikan batas waktu upload tugas</li> <li>➤ Berdoa untuk menutup pembelajaran dan mengucapkan salam.</li> </ul>	<b>15</b>

## H. PENILAIAN

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap berkomunikasi, tes pengetahuan melalui *google form* dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubric penilaian

### 1. Penilaian Sikap

- Keaktifan siswa dalam melakukan pembelajaran daring ,berbahasa dengan santun dalam keluarga yang di pantau melalui *Gmeet/zoom meet, whatsappGroup*.
- Penilaian diri ( *self assessment*), penilaian diri dalam penilaian sikap merupakan teknik penilaian terhadap diri sendiridengan mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan sikapnya dalam berperilaku, instrument penilaian melalui butir-butir pertanyaan sikap positif yang diharapkan dengan menjawab Ya atau Tidak.

### 2. Penilaian Pengetahuan

Menjawab soal-soal melalui *google form* yang telah dibagikan melalui *Gmeet/zoom meet, whatsappGroup*.

### 3. Penilaian Keterampilan

- Membuat video cara melempar bola kecil ke atas.
- Membuat video cara melempar bola kecil ke mendatar.
- Membuat video cara melempar bola kecil menyusur tanah.
- Dan mengirimkan video melalui *whatsapp group / google form*.

Mengetahui:

Kepala SDN 1 Rancapaku

Tasikmalaya, 30 April 2021

Guru Mapel PJOK

**AI DADAH, S.Pd.SD.**  
NIP. 1961 1216 198201 2 003

**TAOFIK JAMALUL ANBARI, S.Pd.**  
NIP. -

## Lampiran 1

### ❖ MATERI POKOK

- **Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola Kecil**

## - **Rounders**

Permainan rounders pertama kali diciptakan oleh George Hancock pada tahun 1887 di kota Chicago, Amerika Serikat. Teknik dasar permainan rounders hampir sama dengan permainan kasti, yaitu melempar, menangkap, dan memukul. Akan tetapi, dalam rounders ditambah dengan keterampilan mengetik dan menghindari sentuhan bola, juga ditambah dengan keterampilan menjadi pelambung/pitcher dan catcher.

Permainan rounders ini masuk ke Indonesia tidak jelas kapan dan oleh siapa. Permainan ini mulai berkembang di Indonesia ditandai dengan banyaknya klub-klub rounders yang bermunculan di setiap daerah. Oleh karena itu, dibentuklah induk organisasi base ball dan softball yang disebut dengan Perbasasi (Persatuan Base Ball dan Softball Amateur Seluruh Indonesia). Kejuaraan nasional pertama diadakan pada tahun 1967 di Jakarta, dan juga dalam PON VII tahun 1969 di Surabaya.



*Gambar 2.1. Permainan Rounders*

Terdapat beberapa teknik dasar dan peraturan yang perlu dikuasai oleh pemain rounders agar dapat menjadi perounders yang baik. Teknik dasar dan peraturan tersebut adalah sebagai berikut.

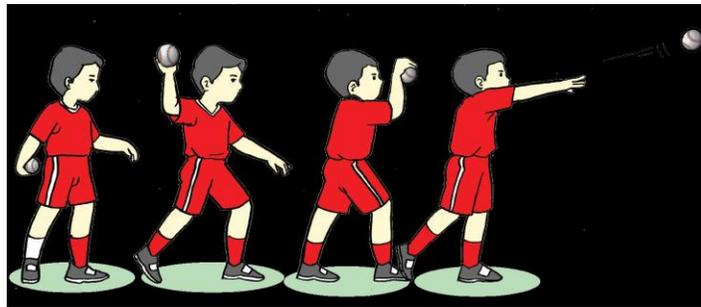
### **Cara melempar bola**

Cara melempar bola pada permainan rounders ada teknik-tekniknya. Teknik ini perlu dikuasai dengan baik dan benar agar mendapatkan lemparan yang sempurna. Adapun jenis lemparan itu dapat dibagi menjadi tiga, yaitu:

### 1. Lemparan melambung

Lemparan melambung biasanya digunakan untuk lemparan yang berjarak jauh. Lemparan ini memerlukan tenaga yang cukup besar karena bola harus jauh dan tinggi. Cara melakukan lemparan melambung, yaitu:

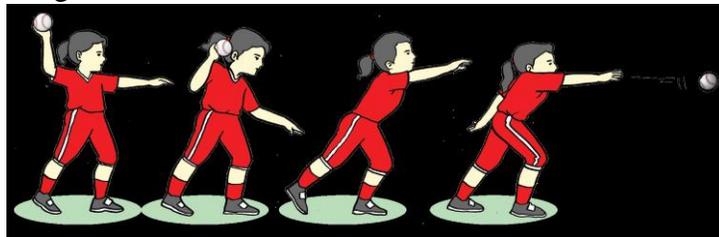
- Bola dipegang dengan posisi tangan atau jari-jari dengan benar.
- Ayunkan tangan yang memegang bola sambil kaki melangkah secara bersamaan.
- Berat badan bertumpu pada kaki depan.
- Saat mengambil awalan melempar, badan sedikit condong ke belakang.



*Gambar 2.2.. cara melempar bola melambung*

### 2. Lemparan mendatar

Lemparan bola mendatar adalah lemparan bola yang arah bolanya mendatar dan cepat. Lemparan ini dilakukan dengan mengayunkan tangan dari belakang ke depan sejajar dengan bahu. Gerakan melempar ini disertai dengan lecutan pergelangan tangan.

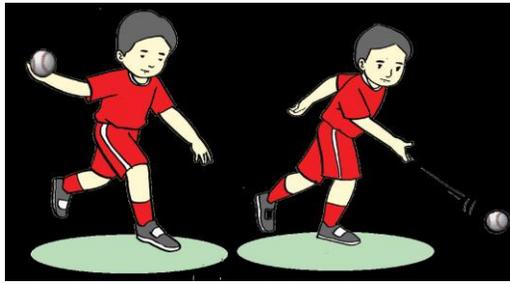


*Gambar 2.3. cara melempar bola mendatar*

### 3. Lemparan bawah (menyusur tanah)

Lemparan bawah ini arah atau jalannya bola menyusur tanah. Biasanya dilakukan dalam keadaan darurat dan dilakukan dengan cepat. Cara melakukan lemparan bawah, yaitu:

- Posisi badan sedikit membungkuk dan kedua kaki sedikit ditebuk.
- Ayunan tangan dilakukan dari samping atas ke depan bawah.
- Gerakan melempar bola bawah ini disertai dengan lecutan tangan.



Gambar 2.4. cara melempar ke bawah ( menyusur tanah )

## Lampiran 2

### ❖ PENILAIAN

#### Penilaian Sikap

##### 1. Penilaian Observasi oleh guru

No.	Nama	Perubahan Tingkah Laku											
		Santun				Peduli				Tanggun Jawab			
		K	C	B	SB	K	C	B	SB	K	C	B	SB
1.	.....	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

##### 2. Penilaian Diri ( *self assessment* )

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Saya selalu berdo'a dalam melaksanakan aktivitas		
2.	Saya berani mengakui kesalahan yang saya lakukan		
3.	Saya menyelesaikan tugas tepat waktu		
4.	Saya selalu menyimak materi yang disampaikan		
5.	Saya tidak mengobrol saat guru menyampaikan materi		

### Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan dengan siswa menjawab soal-soal di link:

<https://forms.gle/hMv9B9X5epCaUE5s7>

### Penilaian Keterampilan

Rubrik : Melakukan teknik dasar cara melempar bola kecil dalam permainan rounders.

**TABEL HASIL KEGIATAN**

No.	Jenis Lemparan	Mengenai Target
1.	Lemparan melambung	
2.	Lemparan mendatar	
3.	Lemparan menyusur	
Jumlah		

**RUBRIK PENILAIAN**

No.	Perolehan Nilai	100	90	80	70
1.	Mengenai Target >25	v			
2.	Mengenai Target 21-24		v		
3.	Mengenai Target 17-20			v	
4.	Mengenai Target...<13				v

# Kombinasi Gerak Dasar dalam Berbagai Permainan Bola Kecil

## ROUNDERS

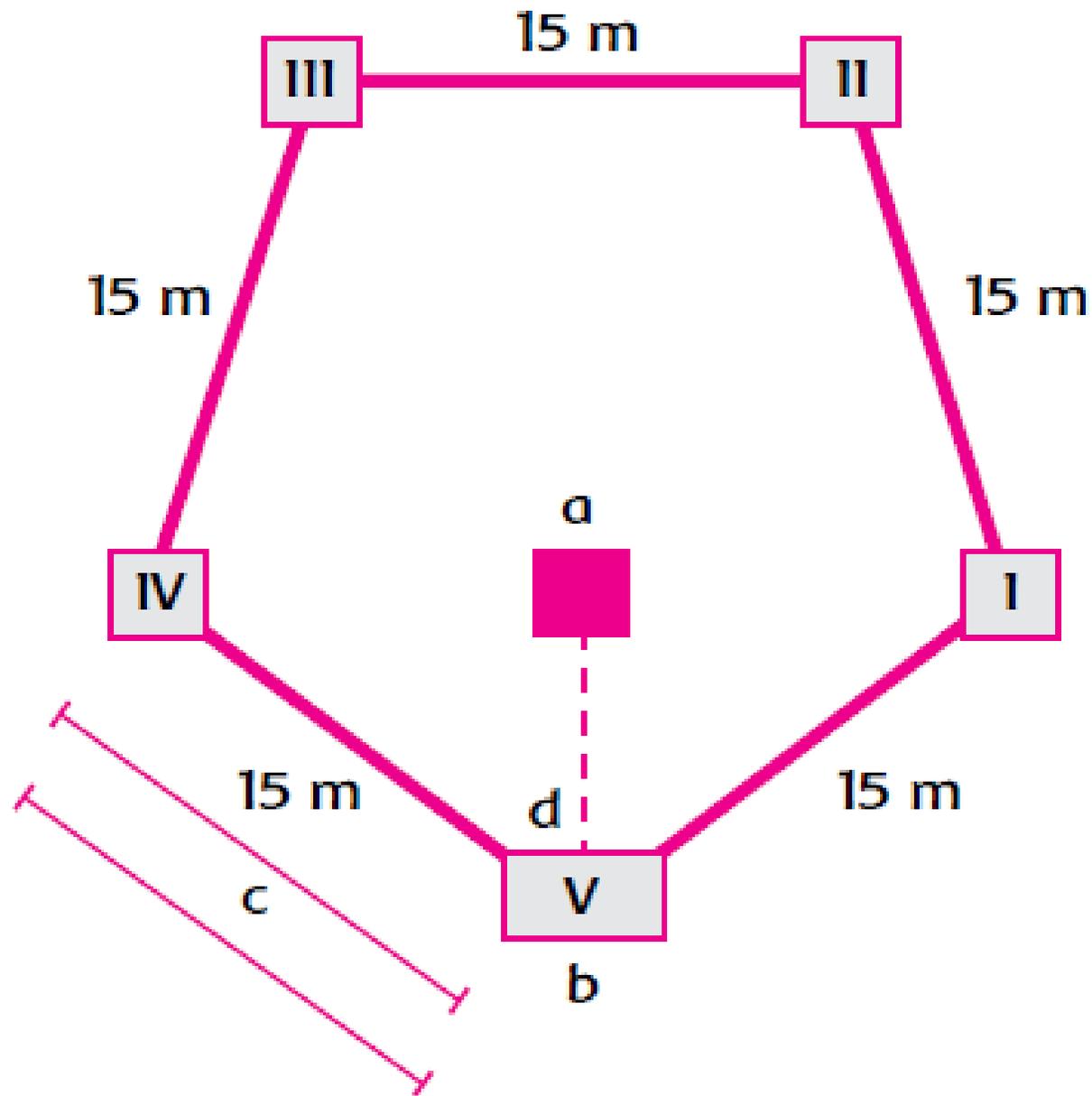


## TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati video pembelajaran latihan melalui video/link youtube peserta didik mampu memahami materi gerak dasar cara melempar bola dalam permainan rounders.
2. Dengan mengamati video pembelajaran latihan melalui video/link youtube siswa mampu mempraktekan gerak dasar cara melempar bola dalam permainan roundrs
3. Melakukan pengamatan dan berdiskusi, siswa dapat menganalisis gerak dasar cara melempar bola dalam permainan roundrs
4. Melalui kegiatan mengkomunikasikan, siswa mampu menyampaikan cara melempar bola dalam permainan roundrs
5. Melalui kegiatan tugas terstruktur, siswa mampu memperagakan cara melempar bola dalam permainan rounderrs

# Apa yang kamu ketahui tentang permainan Rounders ?





**Keterangan:**

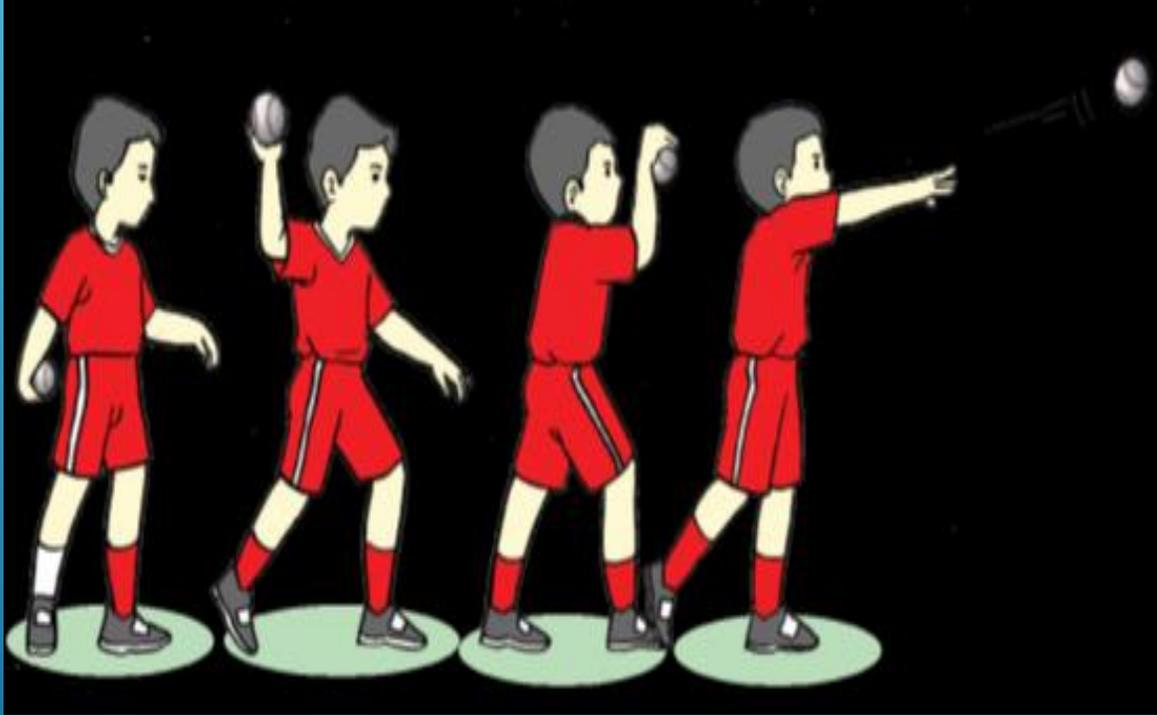
- a. Tempat *pitcher*
- b. Tempat *catcher*
- c. Ruang tunggu
- d. Tempat memukul
- I-IV Tiang hinggap (*base*)
- V *Home base*

# Sejarah Permainan Rounders

Permainan rounders pertama kali diciptakan oleh George Hanchock pada tahun 1887 di kota Chicago, Amerika Serikat. Teknik dasar permainan rounders hampir sama dengan permainan kasti, yaitu melempar, menangkap, dan memukul. Akan tetapi, dalam rounders ditambah dengan keterampilan mengetik dan menghindari sentuhan bola, juga ditambah dengan keterampilan menjadi pelambung/pitcher dan catcher.

Permainan rounders ini masuk ke Indonesia tidak jelas kapan dan oleh siapa. Permainan ini mulai berkembang di Indonesia ditandai dengan banyaknya klub-klub rounders yang bermunculan di setiap daerah. Oleh karena itu, dibentuklah induk organisasi base ball dan softball yang disebut dengan Perbasasi (Persatuan Base Ball dan Softball Amateur Seluruh Indonesia). Kejuaraan nasional pertama diadakan pada tahun 1967 di Jakarta, dan juga dalam PON VII tahun 1969 di Surabaya.

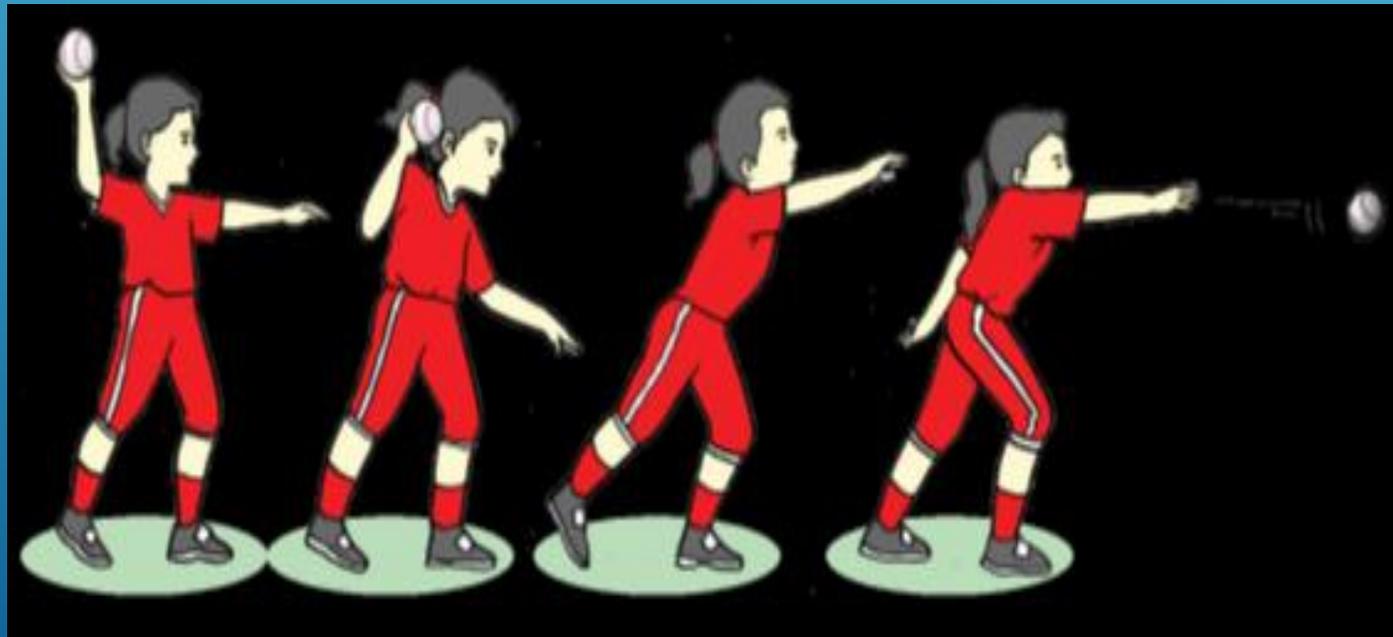
# Cara Melempar Bola

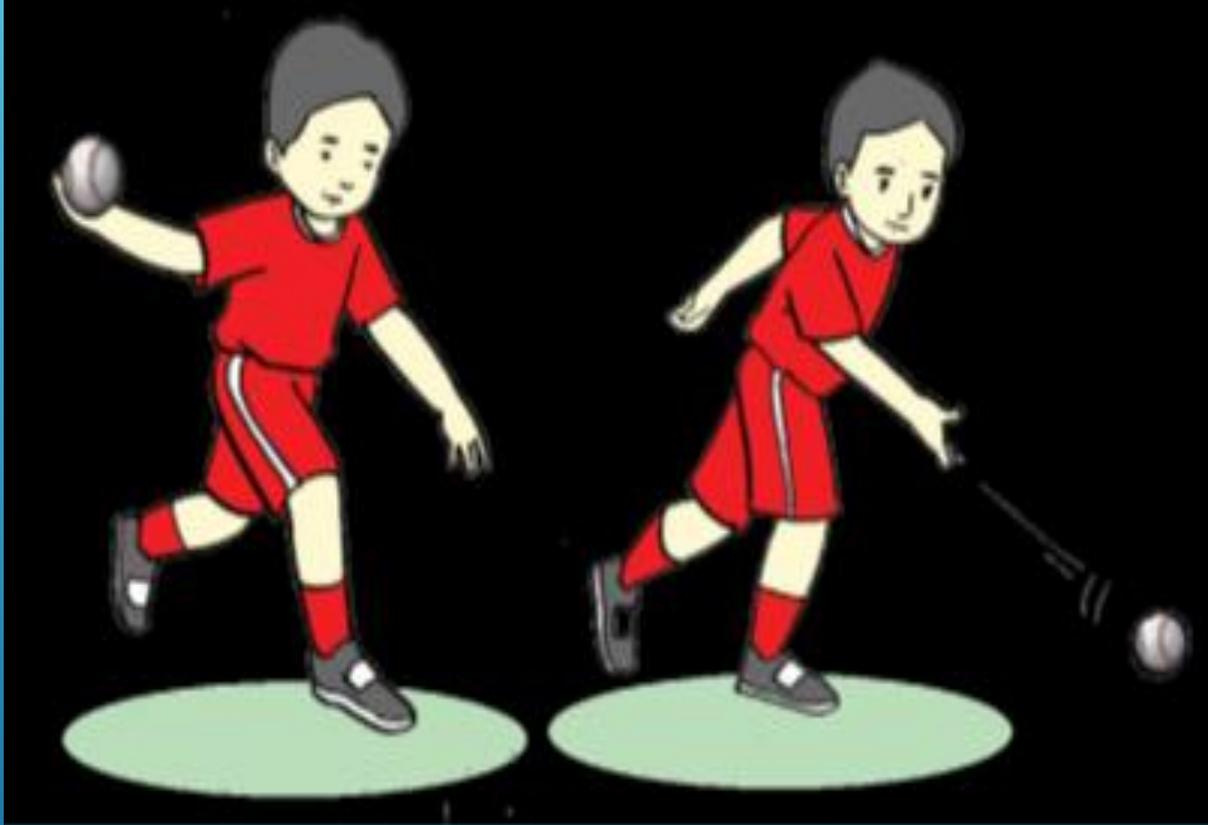


1. Lemparan melambung
  - Bola dipegang dengan posisi tangan atau jari-jari dengan benar.
  - Ayunkan tangan yang memegang bola sambil kaki melangkah secara bersamaan.
  - Berat badan bertumpu pada kaki depan.
  - Saat mengambil awalan melempar, badan sedikit condong ke belakang.

## 2. Lemparan mendatar

Lemparan bola mendatar adalah lemparan bola yang arah bolanya mendatar dan cepat. Lemparan ini dilakukan dengan mengayunkan tangan dari belakang ke depan sejajar dengan bahu. Gerakan melempar ini disertai dengan lecutan pergelangan tangan.





### 3. Lemparan bawah (menyusur tanah)

- Posisi badan sedikit membungkuk dan kedua kaki sedikit ditekuk.
- Ayunan tangan dilakukan dari samping atas ke depan bawah.
- Gerakan melempar bola bawah ini disertai dengan lecutan tangan.

# Lembar Kerja Peserta Didik ( LKPD )

1. Lihatlah video berikut <https://youtu.be/BHL0eBJik2o>
2. Analisis gerakan melempar bola
3. Sediakan Bola kasti / bola tenis / bola modifikasi dari kain yang di gulung,
4. Buatlah target di kertas yang tekah disediakan, kemudian tempel di dinding
5. Berdiri di depan dinding atau target berjarak 2 meter
6. Lemparkan bola melambung ke target selama 1 menit
7. Lemparkan bola mendatar ke target selama 1 menit
8. Lemparkan bola menyusur ke target selama 1 menit
9. Videokan kegiatan tersebut
10. Tuliskan hasil kegiatan dan kirim video melalui link :  
<https://forms.gle/twmdVVek4KstfB1R8>



# EVALUASI

Klik link berikut ini  
untuk mengakses soal  
evaluasi

<https://forms.gle/LstiNhVoBpQMhcxk7>

Atau scan QR code berikut ini



# Penilaian Diri

\* Wajib

1. Nama \*

---

2. Kelas \*

*Tandai satu oval saja.*

 1 2 3 4 5 6

3. Saya selalu berdo'a dalam melaksanakan aktivitas \*

*Tandai satu oval saja.*

 Ya Tidak

4. Saya berani mengakui kesalahan yang saya lakukan \*

*Tandai satu oval saja.*

 Ya Tidak

5. Saya menyelesaikan tugas tepat waktu \*

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

6. Saya selalu menyimak materi yang disampaikan

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

7. Saya tidak mengobrol saat guru menyampaikan materi \*

*Tandai satu oval saja.*

Ya

Tidak

---

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir

# LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK ( LKPD )

\* Wajib

1. NAMA \*

---

2. KELAS \*

*Tandai satu oval saja.*

1

2

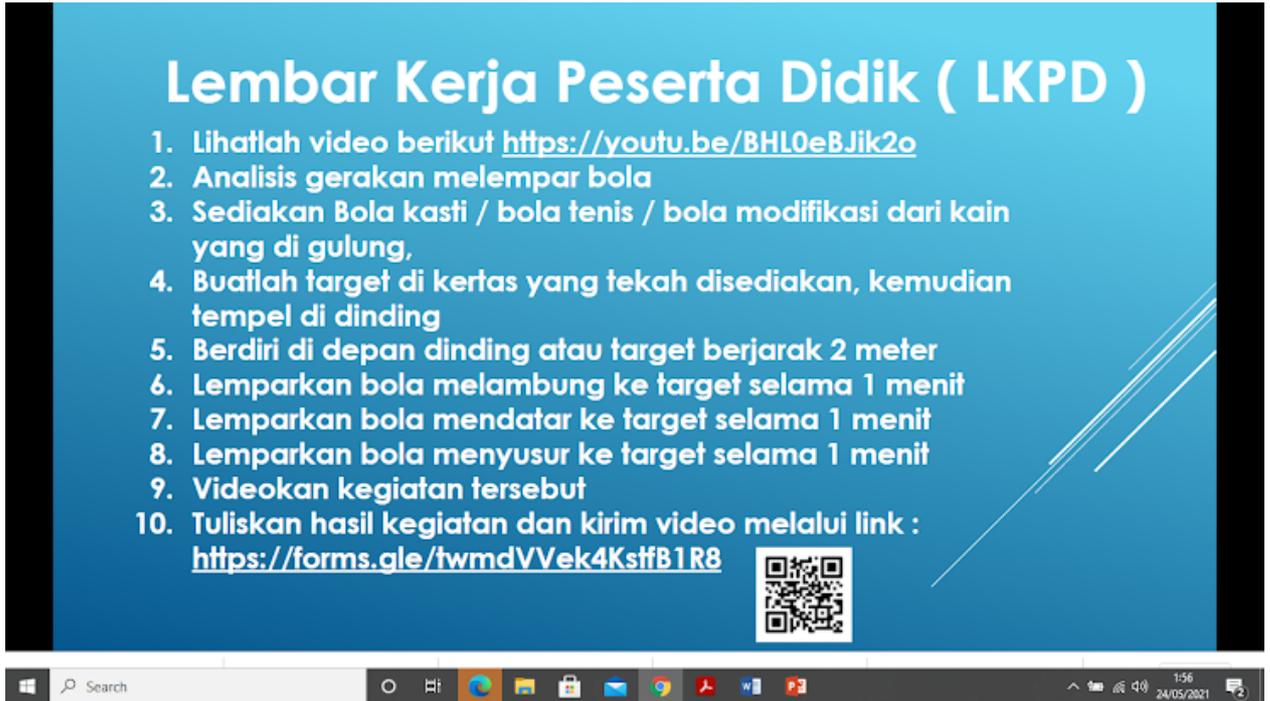
3

4

5

6

## 3. Langkah-langkah kegiatan



**Lembar Kerja Peserta Didik ( LKPD )**

1. Lihatlah video berikut <https://youtu.be/BHL0eBJik2o>
2. Analisis gerakan melempar bola
3. Sediakan Bola kasti / bola tenis / bola modifikasi dari kain yang di gulung,
4. Buatlah target di kertas yang telah disediakan, kemudian tempel di dinding
5. Berdiri di depan dinding atau target berjarak 2 meter
6. Lemparkan bola melambung ke target selama 1 menit
7. Lemparkan bola mendatar ke target selama 1 menit
8. Lemparkan bola menyusur ke target selama 1 menit
9. Videokan kegiatan tersebut
10. Tuliskan hasil kegiatan dan kirim video melalui link : <https://forms.gle/twmdVVek4KstfB1R8>

Tandai satu oval saja.

Opsi 1

4. 1. Lemparan bola melambung \*

---

5. 2. Lemparan bola mendatar \*

---

6. 3. Lemparan menyusur tanah \*

---

7. Unggah video hasil kegiatan \*

File dikirimkan:

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir

# LEMBAR EVALUASI 1

\* Wajib

1. NAMA \*

---

2. KELAS \*

*Tandai satu oval saja.*

1

2

3

4

5

6

Pilihlah salahsatu jawaban a,b,c atau d yang kamu anggap benar !

3. 1. Melempar bola jauh dalam permainan rounders menggunakan lemparan 10 poin

.....

*Tandai satu oval saja.*

a. melambung

b. mendatar

c. menyusur tanah

d. cepat

4. 2. Melempar bola agar laju bola cepat menggunakan lemparan ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. melambung  
 b. menyusur tanah  
 c. mendatar  
 d. ke atas

5. 3. Berikut ini bukan gerak dasar bermain rounders adalah ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. Melempar bola  
 b. Memukul bola  
 c. Menangkap bola  
 d. Mengontrol bola

6. 4. lemparan yang biasanya digunakan dalam keadaan darurat dilakukan dengan cepat merupakan lemparan ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. melambung  
 b. menyusur tanah  
 c. mendatar  
 d. ke atas

7. 5. Berikut ini yang bukan merupakan gerak dasar melempar bola adalah ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. Melempar bola cepat  
 b. Melempar bola datar  
 c. Melempar bola lambung  
 d. Melempar bola bawah

8. 6. Berikut ini bukan peralatan permainan rounders adalah ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. Alat pemukul  
 b. bola  
 c. Topi  
 d. Tempat hinggap

9. 7. jika tidak ada bola rounders sebagai gantinya bisa menggunakan ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. bola sepak  
 b. bola basket  
 c. bola kecil golf  
 d. bola kecil modifikasi

10. 8. Permainan rounders menggunakan ..... tempat hinggap 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. 5  
 b. 4  
 c. 3  
 d. 2

11. 9. Seorang pemain/pemukul yang berhasil memukul bola dan hidup serta berhasil melakukan home run maka akan mendapatkan nilai ..... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. Satu
- b. Dua
- c. Tiga
- d. Empat

12. 10. lapangan rounders berbentuk .... 10 poin

*Tandai satu oval saja.*

- a. segi empat
- b. segi lima
- c. segi tiga
- d. segi enam

---

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir

# ROUNDERS



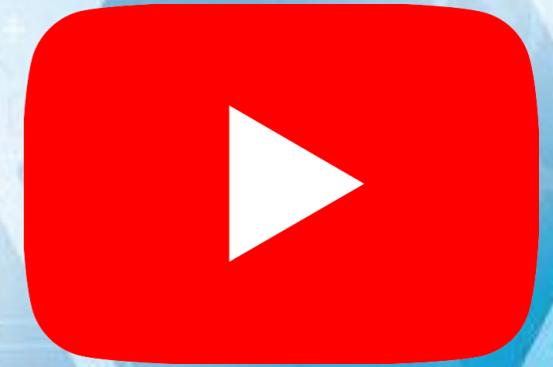
Klik icon untuk membuka



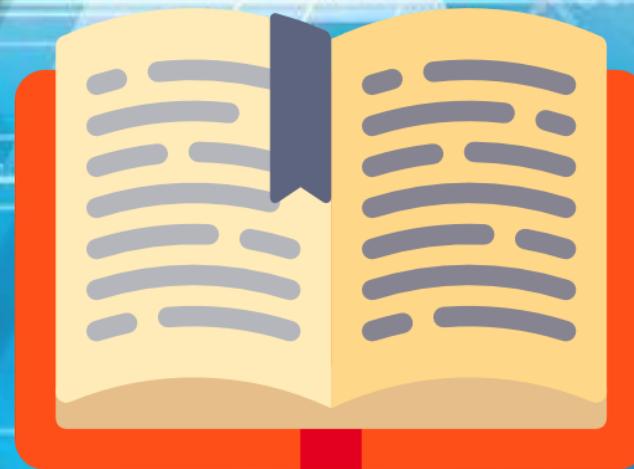
**SELF  
ASSESSMENT**

**PENILAIAN  
DIRI**

**DAFTAR  
HADIR**



**VIDEO**



**MATERI**



**TES  
EVALUASI**



**LKPD**

**TAOFIK JAMALULANBARI, S.Pd.  
201503986685**