

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 194/VIII WIROTHO AGUNG
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Bab 4 : Pencak Silat
Kelas / Semester : IV (Empat) / 1
Alokasi Waktu : 4 Jam Pelajaran (2 Pertemuan)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan melakukan pengamatan peserta didik mampu mengetahui tujuan mempelajari pencak silat serta mampu memperagakan kombinasi sikap kaki (kuda-kuda) dan serangan dengan tangan.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">▪ Guru melakukan pembukaan dengan salam dan mengajak peserta didik untuk berdoa, dan menanyakan keadaan peserta didik sekaligus mengecek kehadiran. (<i>Orientasi</i>)▪ Guru memotivasi peserta didik bersemangat dan bertanya tentang apa yang telah diketahui peserta didik tentang gerak dasar pencak silat untuk mengetahui pengetahuan awal peserta didik. (<i>Apersepsi</i>)▪ Guru membimbing peserta didik untuk mempersiapkan hal-hal yang diperlukan untuk melakukan Kegiatan dan menyampaikan tujuan pembelajaran secara lisan.	10 menit
Inti	<p>Ayo Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Guru membimbing peserta didik mencari dan mengamati gerakan dasar pencak silat yang dipaparkan oleh guru dan memfasilitasi peserta didik mengamati lembar kerja peserta didik mengenai gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat dengan kelompok yang telah ditentukan.▪ Guru turut terlibat dalam pengamatan bersama peserta didik, sehingga pembelajaran lebih menarik <p>Ayo Menanya</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Guru memfasilitasi peserta didik untuk membangun kreativitasnya dengan beberapa pertanyaan dan mengajukannya dengan sopan kaitannya gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat.▪ Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya kepada orang yang lebih memahaminya seperti teman sekelas atau guru.	75 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>Ayo Mencoba</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru membimbing peserta didik mencatat di buku tugasnya dengan rapi, informasi yang telah diperoleh dari kegiatan pengamatan maupun bertanya. ▪ Guru mendampingi peserta didik saat memperagakan gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat bersama kelompoknya. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru memberi arahan pada peserta didik untuk mengemukakan pendapatnya mengenai materi gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat ▪ Guru memberi masukan kepada peserta didik berdasarkan hasil yang telah dikemukakan oleh peserta didik 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru merefleksikan hasil pembelajaran tentang gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat. <i>Integritas</i> ▪ Guru melakukan evaluasi tentang gerak kombinasi Kuda-kuda dan serangan dengan tangan dalam pencak silat, serta menugaskan peserta didik untuk mempelajari materi selanjutnya. <i>Mandiri</i> 	5 menit

C. PENILAIAN (ASESSMEN)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan tertulis dan lisan, dan persentasi unjuk kerja .

Mengetahui
Kepala Sekolah

Wirotho Agung,
Guru PJOK

2022

INDRA YULAIKAH, S.Pd
NIP. 19700715 199103 2 004

HARMOKO, S.Pd
NIP. 19890909 201402 1 001

PENILAIAN

1. Teknik Penilaian

- a. Penilaian Sikap : Observasi
- b. Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis
- c. Penilaian Keterampilan : Unjuk Kerja

2. Bentuk instrumen penilaian

- a. Penilaian sikap : Tabel Ceklist
- b. Pengetahuan : isian terbatas
- c. Penilaian Keterampilan : Lembar Kerja Peserta Didik

a. Instrumen penilaian Pengetahuan

Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan benar!

1. Dari manakah asal beladiri pencak silat ?
2. Apakah tujuan untuk mempelajari pencak silat ?
3. Tuliskan 4 jenis kuda-kuda dasar pencak silat ?
4. Bolehkah keterampilan pencak silat digunakan untuk mengganggu orang ? berikan alasannya!
5. Tuliskan macam-macam pukulan di pencak silat?

b. Lembar Observasi Aspek Sikap

No.	Nama	Inrikator : Kerjasama		Indikator : Percaya diri				Indikator : Teliti	
		bekerjasama dalam mengerjakan tugas dalam kelompok		Percaya diri saat mengemukakan pendapat dalam diskusi.		Percaya diri saat mempresentasikan hasil kerja kelompok.		Teliti saat mengamati permasalahan yang dikerjakan dalam kelompok.	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
Dst									

Ya : skor 1, jika sub indikator terlihat konsisten selama 1 hari

Tidak : skor 0, jika sub indikator tidak terlihat sama sekali **Petunjuk**

penskoran

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Format Penilaian Unjuk Kerja

LEMBAR PENGAMATAN PENILAIAN KETERAMPILAN

UNJUK KERJA

KD : 3.4 Menerapkan gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni bela diri
4.4 Mempraktikkan berbagai gerak dasar lokomotot dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni bela diri
**

INDIKATOR :

- Menjelaskan kombinasi gerak kuda-kuda dan pukulan
- Menjelaskan kombinasi gerak langkah kaki dan pukulan
- memperagakan kombinasi kuda-kuda dan serangan dengan tangan
- Menjelaskan rangkaian gerak silat (no. 1,2 dan 3

MATERI : Pencak Silat

No	Nama	Menyelesaikan permasalahan mengamati gerakan kuda- kuda dasar serta serangan tangan dalam beladiri pencak silat serta membuat rangkaian gerakan pencak silat	Penyajian hasil diskusi	Jumlah skor
1				
2.				
3.				
4.				
5.				