

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN 2 DOMPYONG  
Kelas / Semester : 1 /1  
Tema : Keluargaku (Tema 4)  
Sub Tema : Kebersamaan Dalam Keluarga (Sub Tema 4)  
Jenis Kegiatan : Gerakan Loncat Katak  
Pembelajaran ke : 4  
Alokasi waktu : 10 menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Siswa dapat menjelaskan cara melakukan loncat katak yang benar.
2. Siswa dapat melakukan gerakan loncat katak tiga kali berturut-turut.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru memberikan salam dan mengajak berdoa menurut agama dan keyakinan masing-masing,</li><li>2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa.</li><li>3. Mengajak berdinamika dengan motto SDN 2 Dompjong.</li><li>4. Guru menjelaskan materi yang telah dilakukan dikegiatan sebelumnya.</li><li>5. Menyampaikan tujuan pembelajaran.</li></ol>	2 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa diberi pertanyaan apakah sudah mengetahui bagaimana cara melakukan loncat katak(MENANYA).</li><li>2. Siswa diminta memperhatikan guru ketika memberikan penjelasan contoh gerakan loncat katak yang baik dan benar. Sikap loncat harus sangat memperhatikan posisi badan, kaki dan tangan ketika mendarat. Awalan melakukan badan tegak lurus, ayunan tangan, meloncat kedepan dengan posisi tangan ke depan tegak lurus dan mendarat dengan dua kaki agar tidak cedera(MENGAMATI).</li><li>3. Siswa bersiap dan latihan loncat katak(EKSPERIMENT).</li><li>4. Setelah siap, penilaian keterampilan loncat katak. Setelah itu bermain loncat katak. (MENGOLAH).</li></ol>	6 menit

5. Siswa diberi lembar soal pertanyaan tentang bagaimana awalan melakukan lompat katak dan bagaimana cara melakukan loncat katak yang benar serta mempraktikkan loncat katak tiga kali berturut-turut ke arah depan. (MENGKOMUNIKASIKAN).



**Kegiatan Penutup**

1. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan hasil diskusi.
2. Siswa diberikan kesempatan berbicara /bertanya dan menambahkan informasi dari siswa lainnya.
3. Guru menyampaikan topik pembelajaran pertemuan berikutnya.
4. Mengajak berdinamika dengan motto SDN 2 Dompjong.
5. Salam dan do'a penutup.

2 menit

### C. PENILAIAN

#### 1. Penilaian Sikap

Observasi selama kegiatan berlangsung (lihat pedoman penilaian sikap).

No	Nama	SIKAP						Jumlah Skor
		Disiplin		Santun		Percaya Diri		
		1	2	1	2	1	2	
1	ADIT							
2	BAYU							
3	CICI							

Cara mengisi lembar pengamatan sikap, apabila siswa disiplin, santun dan percaya diri maka masing-masing skornya adalah 2, apabila kurang disiplin, santun dan percaya diri masing-masing skornya adalah 1. Cara menghitung jumlah skor adalah skor yang didapat dibagi skor maksimal dikali 100

2. Penilaian Pengetahuan

Penilaian : Tes Lisan

Siswa diberi lembar soal

Soal:

1. Bagaimana awalan melakukan loncat katak?
2. Bagaimana cara melakukan loncat katak 3kali berturut-turut ke arah depan?

No	Nama	Keterangan
1	ADIT	
2	BAYU	
3	CICI	

Cara mengisi lembar penilaian pengetahuan = hasil tes lisan pengetahuan masing-masing siswa. Apakah bisa menjawab 2 soal atau 1 soal atau tidak bisa menjawab semua soal.

3. Penilaian Keterampilan ( produk )

No	Nama	Hasil loncatan (jarak)
1	ADIT	
2	BAYU	
3	CICI	

Cara mengisi lembar penilaian keterampilan ( produk ) = tulis berapa meter jarak yang berhasil dilakukan masing-masing siswa.

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Bendungan, 5 Januari 2022  
Guru PJOK,

WAHONO,S.Pd  
NIP 19680801 199201 1 001

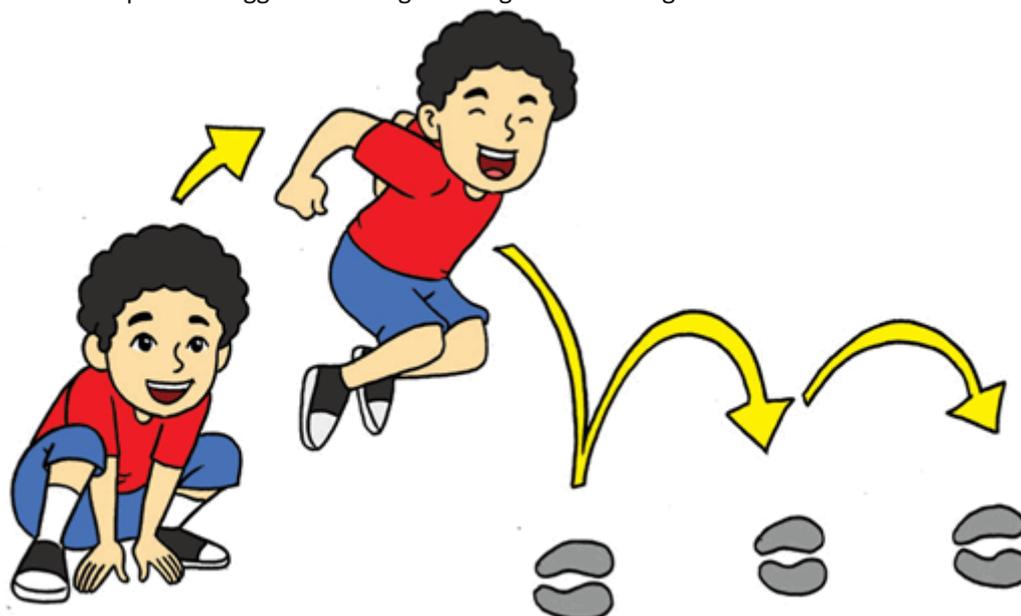
AGUSTINA KUSUMANINGTIYAS, S.Pd., Gr

## LAMPIRAN

### MATERI LONCAT KATAK

Loncat katak adalah gerakan melompat dengan kedua kaki bersama-sama seperti katak. Loncat katak dapat dilakukan dengan mempersiapkan kedua kaki bersama-sama. Adapun uraiannya adalah sebagai berikut :

- Sikap awal dapat dilakukan dengan berdiri rileks, badan tegak lurus, ayunkan tangan, melompat ke depan dengan posisi tangan ke depan, tegak lurus dan mendarat dengan kedua kaki agar kaki tidak cidera. Gerakan melompat ke depan dilakukan secara berulang-ulang sesuai dengan yang diharapkan.
- Pendaratan. Dari sikap melompat ke depan saat pendaratan dilakukan dengan kedua kaki secara bersama-sama dengan posisi jongkok, agar pada saat melompat dan mendarat tidak terjatuh maka perlu menggunakan tangan sebagai keseimbangan.



Olahraga lompat katak bermanfaat untuk menambah kebugaran tubuhmu. Kegiatan ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuanmu menyeimbangkan tubuh ketika bergerak. Selain itu, olahraga lompat katak bermanfaat untuk menguatkan otot kaki dan tangan.

Sumber: Iswoyo S. Dkk., 2013, Buku Pedoman Guru Tema 4 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 4 Kelas 1, Edisi Ke 4, Jakarta, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Hal 138

### Penilaian sikap

No	Nama	SIKAP						Jumlah Skor
		Disiplin		Santun		Percaya Diri		
		1	2	1	2	1	2	
1	ADIT							
2	BAYU							
3	CICI							

Cara mengisi lembar pengamatan sikap, apabila siswa disiplin, santun dan percaya diri maka masing-masing skornya adalah 2, apabila kurang disiplin, santun dan percaya diri masing-masing skornya adalah 1. Cara menghitung jumlah skor adalah skor yang didapat dibagi skor maksimal dikali 100

### Penilaian pengetahuan

No	Nama	Keterangan
1	ADIT	
2	BAYU	
3	CICI	

Cara mengisi lembar penilaian pengetahuan = hasil tes lisan pengetahuan masing-masing siswa. Apakah bisa menjawab 2 soal atau 1 soal atau tidak bisa menjawab semua soal.

### Penilaian keterampilan

No	Nama	Hasil loncatan (meter)
1	ADIT	
2	BAYU	
3	CICI	

Cara mengisi lembar penilaian keterampilan ( produk ) = tulis berapa meter jarak yang berhasil dilakukan masing-masing siswa.