



**PEMERINTAH KABUPATEN KEDIRI**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SEKOLAH DASAR NEGERI MUNENG 2**

Dusun Sengon Desa Muneng, Kecamatan. Purwoasri., Kode Pos : 64154 email: sdnmuneng2pwa@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**RPP PJOK DALAM JARINGAN ( DARING )**

Satuan Pendidikan : SDN Muneng 2 Kec.Purwoasri Kab.Kediri  
Kelas / Semester : 6 /1  
Materi : Gerak Dasar dalam Permainan Bola Kecil ( Kasti )  
Materi Pokok : Melempar,dan menangkap,memukul  
Pertemuan ke : 1  
Alokasi waktu : 3 x 30 Menit

**A. KOMPETENSI DASAR**

- 3.2 Menjelaskan dan menganalisa gerak dasar bola kasti dengan tehnik yang benar
- 4.2 Terampil melempar, menangkap dan memukul lambung bola kasti

**INDIKATOR**

- 3.2.1 Menjelaskan dan menganalisa cara melempar, menangkap, dan memukul bola kasti lambung dalam permainan bola kasti
- 4.2.1 Terampil melempar, menangkap, dan memukul bola kasti melambung.dalam permainan bola kasti

**B. TUJUAN PEMBELAJARAN**

1. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara melempar bola kasti melambung.
2. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara menangkap bola kasti melambung.
3. Siswa terampil melempar dan menangkap bola kasti melambung minimal 15 meter dengan tehnik yang benar
4. Siswa terampil memukul bola kasti melambung minimal 3 kali dengan tehnik yang benar

**C. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARA**

**Pendekatan** : Saintifik  
**Model pembelajaran** : Discovery learning  
**Media** : Whatshap Group, Google Clasroom  
**Alat/bahan** : Bola, Laptop, Tablet, HP android  
**Sumber belajar** : Internet/vidio, buku guru, buku siswa

**Kegiatan Pembelajaran**

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan membaca doa dipandu melalui Grup Whatsapp, Zoom, Google Meet dan aplikasi lainnya (Orientasi).</li> <li>• Mengecek kehadiran peserta didik dengan mengabsen (Disiplin)</li> <li>• Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi) melalui tayangan vidio / internet</li> <li>• Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi)</li> <li>• Sebagai pembuka lakukan gerakan pemanasan dengan di dampingin orang tua</li> </ul>	10 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melalui Whatshap group Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali, serta menganalisa. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi gerak dasar dalam permainan bola kecil. ( lempar, tangkap,dan pukul)</li> <li>• Peserta didik mengamati dan menganalisa video atau internet tentang gerak dasar dalam permainan bola kasti yang diberikan oleh guru melalui link youtube link youtube : <a href="https://youtube/kasti.LcN">https://youtube/kasti.LcN</a> di Grup Whatsapp (Creativity and innovation).</li> <li>• Melalui Grup Whatsapp Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi gerak dasar dalam permainan bola kecil.( lempar, tangkap,dan pukul)</li> </ul>	70 menit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik bersama orang tua mendiskusikan, mengumpulkan informasi, kemudian melalui aplikasi video whatsapp siswa mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi dengan siswa lain mengenai gerak dasar dalam permainan bola kecil. (lempar, tangkap, dan pukul)</li> <li>• Melalui aplikasi video dari whatsapp Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan</li> <li>• Melalui Grup Whatsapp Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang permainan bola kecil. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami</li> </ul>	
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sebagai penutup lakukan gerakan pendinginan dengan di dampingin orang tua</li> <li>• Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan</li> <li>• Do'a penutup setelah melakukan kegiatan</li> </ul>	10 menit

#### D. PENILAIAN

- Penilaian Afektif (pengamatan dan rekaman sikap)
- Penilaian Kognitif (Tes tulis - bentuk soal melalui Whatapp Grup atau Google Form)
- Penilaian Keterampilan (Tes praktik - rubrik penilaian melalui video)

Mengetahui  
Kepala SDN Muneng 2  
Kec.Purwoasri Kab.Kediri

Muneng, 20 September 2020  
Guru Kelas PJOK

**EFFENDI, S.Pd**  
NIP. 19620628 198201 1 005

**INDRA YUDIARTO, S.Pd**  
NIP. -

**EVALUASI PEMBELAJARAN**  
( Tes Kognitif )

Materi : variasi dan kombinasi gerak dasar permainan bola kecil ( Kasti )

Kelas : VI

No	Muatan pelajaran	Kompetensi Dasar	Tujuan Pembelajaran	Indikator	Bentuk Tes	Tingkat Kesukaran	No Soal
1	Boal kasti ( melempar, menangkap)	3.1 Menjelaskan atau menerapkan gerak dasar bola kasti dengan tehnik yang benar	1. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara melempar bola kasti melambung. 2. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara menangkap bola kasti melambung. 3. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara memukul bola kasti melambung.	3.1.1 Menjelaskan dan menganalisa cara melempar, menangkap, dan memukul bola kasti lambung dalam permainan bola kasti	Pilihan Ganda	C1 – C3	1-5

**Pilihlah jawaban yang paling benar!**

No 1	No 2	No 3	No 4	No 5
1. Yang termasuk tehnik dasar permainan bola kasti? a) Menangkap b) Menggiring c) Melompat d) Berlari	2. Yang termasuk tehnik dasar memukul pada permainan bola kasti? a) Pukulan kebelakang b) Pukulan lambung c) Pukulan keras d) Pukulan sedang	3. Yang termasuk tehnik dasar menangkap pada permainan bola kasti? a) Tangkapan luar b) Tangkapan dalam c) Tangkapan datar d) Tangkapan kombinasi	4. Yang termasuk tehnik dasar melempar pada permainan bola kasti? a) Lemparan keras b) Lemparan lambung c) Lemparan belakang d) Lemparan keras	5. Ada berapa regu dalam permainan bola kasti? a) Satu b) Dua c) Tiga d) Empat

Rubrik

No	Nama Siswa	Soal No 1	Soal No 2	Soal No 3	Soal No 4	Soal No 5	Skor
1.							
2.							
3.							
4.							

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Skor diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Lembar Soal bisa dikerjakan lewat gogle form dengan alamat Link <https://forms.gle/aU3ZXAKxENC7AZgs7>

**EVALUASI PEMBELAJARAN  
( TES KETRAMPILAN )**

Materi : variasi dan kombinasi gerak dasar permainan bola kecil ( Kasti )

Kelas : VI

No	Standar Pelajaran	Kompetensi Dasar	Tujuan Pembelajaran	Indikator	Bentuk Tes	Tingkat Kesukaran	No Soal
1	Boal kasti ( Melempar, menangkap )	4.1.1 Terampil melempar, menangkap dan memukul lambung bola kasti	<ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa terampil melempar dan menangkap bola kasti melambung minimal 15 meter dengan tehnik yang benar</li> <li>Siswa terampil memukul bola kasti melambung minimal 3 kali dengan tehnik yang benar</li> </ol>	1. Terampil melempar, menangkap, dan memukul bola kasti melambung.dalam permainan bola kasti.	Terampil melakukan lemparan, menangkap lambung bola kasti	C 6	1-3

**Tes Ketrampilan**

No 1	No 2	No 3
Siswa terampil melempar bola kasti dengan tehnik yang benar ( 15 meter )	Siswa terampil menangkap bola lambung bola kasti dengan tehnik yang benar ( 15 meter )	Siswa terampil memukul lambung bola kasti sebanyak 3 kali dengan tehnik yang benar!

**Rubrik**

Ketrampilan	Mampu melakukan teknik dengan baik	Mampu melakukan teknik cukup baik.	Mampu melakukan teknik kurang baik	Skor
1. Siswa terampil melakukan lemparan melambung bola kasti dengan tehnik yang benar ( 15 meter )	3	2	1	
2. Siswa terampil melakukan tangkapan bola lambung bola kasti dengan tehnik yang benar ( 15 meter )	3	2	1	
3. Siswa terampil memukul lambung bola kasti sebanyak 3 kali dengan tehnik yang benar!	3	2	1	
Jumlah Skor				

Vidio dikirim melalui No Whatshap **0857 9066 3321**

$$\text{Nilai akhir} = \frac{\text{Skor diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$



# BAHAN AJAR

## PRODUK 2

Satuan pendidikan	: SDN Muneng 2 Kec Purwoastri Kediri	Materi Pokok	: variasi dan kombinasi gerak dasar permainan bola kecil
Kelas/ Semester	: VI	Sub Pelajaran	: Kasti
Tahun Pelajaran	: 2020/2021	Alokasi waktu	: 35 Menit

### PETUNJUK PEMBELAJARAN

Kasti adalah permainan kasti yang banyak dimainkan anak-anak sekolah dasar: pemain dibagi dua regu, salah satu mendapat giliran jaga dan satu regu lagi mendapat giliran untuk memukul. Disediakan beberapa pos yang ditandai dengan tiang dimana pemain serang (yang mendapat giliran pukul) tak boleh di "gebok" atau dilempar dengan bola. Pemain serang bergiliran memukul bola yang diumpun oleh salah seorang pemain jaga. Pemain jaga berjaga dilapangan untuk mencoba menangkap pukulan pemain serang. Ketika bola terpukul pemain serang berlari ke pos berikut atau "pulang" ke "rumah" yang dibatasi dengan sebuah garis. Kalau pemain yang sedang lari menuju pos atau pulang dapat di "gebok" dia dinyatakan mati dan kedua regu berganti - regu serang jadi regu jaga dan sebaliknya. Pemain serang yang berhasil pulang mendapat satu angka. Regu yang mendapat angka terbanyak ketika pertandingan berakhir dinyatakan menang. Permainan ini memang menggunakan gerak dasar berlari, memukul bola dengan sebuah tongkat, menangkap dan melempar. Terdiri dari 2 base dengan jarak minimal 20 meter.

### TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran dengan metode discovery learning diharapkan

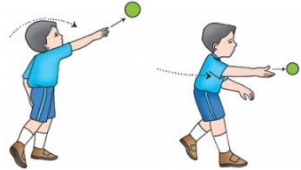
1. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara melempar bola kasti melambung.
2. Siswa dapat menjelaskan dan menganalisa cara menangkap bola kasti melambung.
3. Siswa terampil melempar dan menangkap bola kasti melambung minimal 15 meter dengan tehnik yang benar
4. Siswa terampil memukul bola kasti lambung 3 kali dengan tehnik yang benar

### MATERI POKOK

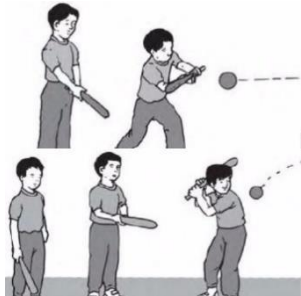
1. gerakan berlari, melompat, berjalan, dan memanja



2. gerakan melempar



3. gerakan memukul bola



4. menangkap bola



Gambar 2.8 Pembelajaran menangkap bola mendatar permainan kasti

### INFORMASI PENDUKUNG

Peserta didik bisa memperoleh informasi tentang latihan dasar passing bawah melalui video dan internet ataupun youtube. bisa juga menggunakan buku siswa yang telah dibagikan

**LATIHAN ATAU TUGAS YANG HARUS DILAKUKAN SISWA**

No 1	No 2	No 3	No 4	No 5
1. Yang termasuk tehnik dasar permainan bola kasti? a) Menangkap b) Menggiring c) Melompat d) Berlari	2. Yang termasuk tehnik dasar memukul pada permainan bola kasti? a) Pukulan kebelakang b) Pukulan lambung c) Pukulan keras d) Pukulan sedang	3. Yang termasuk tehnik dasar menangkap pada permainan bola kasti? a) Tangkapan luar b) Tangkapan dalam c) Tangkapan datar d) Tangkapan kombinasi	4. Yang termasuk tehnik dasar melempar pada permainan bola kasti? a) Lemparan keras b) Lemparan lambung c) Lemparan belakang d) Lemparan keras	5. Ada berapa regu dalam permainan bola kasti? a) Satu b) Dua c) Tiga d) Empat

# LKPD

Nama Siswa	: Indra Yudiarto
Kelas	: VI
Materi Pelajaran	: variasi dan kombinasi gerak dasar permainan bola kecil
Sub Pelajaran	: Permainan bola kasti

❖ **Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa dapat menjelaskan cara melempar bola kasti melambung.
2. Siswa dapat menjelaskan cara menangkap bola kasti melambung.
3. Siswa terampil melempar dan menangkap bola kasti melambung minimal 15 meter dengan tehnik yang benar
4. Siswa terampil memukul bola kasti lambung 3 kali dengan tehnik yang benar

**Model, Pendekatan dan Bahan/alat**

Model Pembelajaran	: Discovery learning
Pendekatan	: Saintifik
Bahan, alat	: vidio pembelajaran, HP(Whatshap), internet

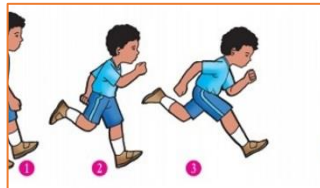
❖ **Langkah- langkah Pembelajaran**

**Informasi Pendukung**

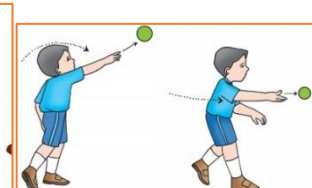
Kasti adalah permainan kasti yang banyak dimainkan anak anak sekolah dasar: pemain dibagi dua regu, salah satu mendapat giliran jaga dan satu regu lagi mendapat giliran untuk memukul. Pemain jaga berjaga dilapangan untuk mencoba menangkap pukulan pemain serang. Ketika bola terpukul pemain serang berlari ke pos berikut atau "pulang" ke "rumah" yang dibatasi dengan sebuah garis. Kalau pemain yang sedang lari menuju pos atau pulang dapat di "gebok" dia dinyatakan mati dan kedua regu berganti - regu serang jadi regu jaga dan sebaliknya.

Permainan sederhana ini dapat dimaonkan dilapangan yang tidak begitu luas. Alat yang dibutuhkan adalah boal kecil dan pemukul kayu.

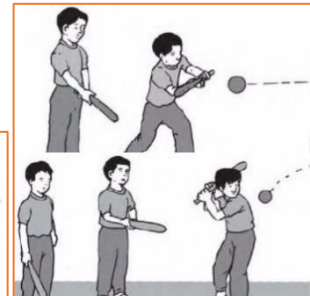
**Materi pokok**




Gerakan jalan, lari, dan melompat



Gerakan melempar



Gerakan memukul



Gerakan menangkap

Gambar 2.8 Pembelajaran menangkap bola mendarat permainan kasti

- Bagaimana perasaanmu setelah mengamati vidio/internet permainan kasti
- Ketrampilan apa yang dibutuhkan dalam bermain kasti
- Sikap apa yang dibutuhkan dalam bermain kasti

❖ **Lembar soal**

No 1	No 2	No 3	No 4	No 5
1. Yang termasuk tehnik dasar permainan bola kasti? a) Menangkap b) Menggiring c) Melompat d) Berlari	2. Yang termasuk tehnik dasar memukul pada permainan bola kasti? a) Pukulan kebelakang b) Pukulan lambung c) Pukulan keras d) Pukulan sedang	3. Yang termasuk tehnik dasar menangkap pada permainan bola kasti? a) Tangkapan luar b) Tangkapan dalam c) Tangkapan datar d) Tangkapan kombinasi	4. Yang termasuk tehnik dasar melempar pada permainan bola kasti? a) Lemparan keras b) Lemparan lambung c) Lemparan belakang d) Lemparan keras	5. Ada berapa regu dalam permainan bola kasti? a) Satu b) Dua c) Tiga d) Empat

❖ **Lembar jawaban**

1. A	2. B	3. C	4. B	5. B
------	------	------	------	------

❖ **Mekanisme penyerahan LKPD**

1. Kumpulkan hasil tugas dalam bentuk file atau foto yang dikirim lewat Whatshap
2. Kumpulkan vidio pola gerak dasar melempar, memukul, menangkap pada permainan bola kasti





**MEDIA PEMBELAJARAN**  
**SDN MUNENG 2**  
**KECAMATAN PURWOASRI**  
**KABUPATEN KEDIRI**  
**GERAK DASAR JALAN,**  
**LARI, LOMPAT, LEMPAR**  
**( LOMPAT JAUH )**

**INDRA YUDIARTO, S.Pd**

**MEDIA PEMBELAJARAN**  
**variasi dan kombinasi gerak dasar**  
**permainan bola kecil**  
**( permainan kasti )**



# PERMAINAN BOLA KASTI



TONTON  
VIDIO DIBAWAH  
INI !!!!



# TEKNIK DASAR PERMAINAN KASTI

MELEMPAR

MEMUKUL

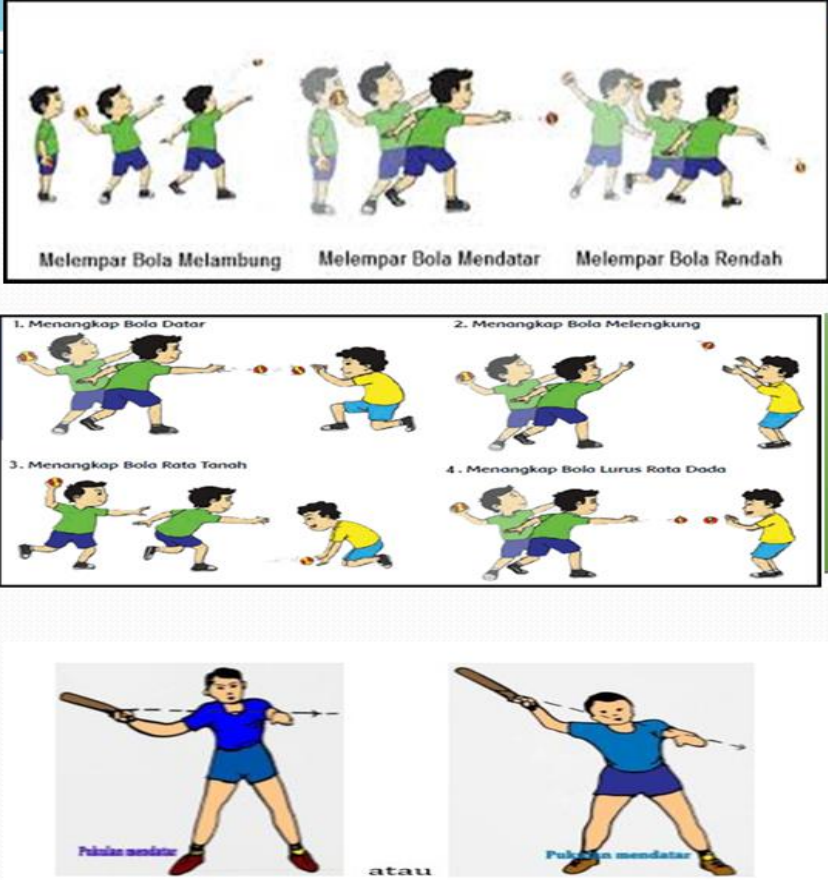


MENANGKAP

**MELEMPAR**

**MENANGKAP**

**MEMUKUL**



The slide illustrates three main categories of physical education skills:

- MELEMPAR (Throwing):** Shows three techniques: *Melempar Bola Melambung* (overhand throw), *Melempar Bola Mendatar* (sidearm throw), and *Melempar Bola Rendah* (underhand throw).
- MENANGKAP (Catching):** Shows four techniques: *1. Menangkap Bola Datar* (flat catch), *2. Menangkap Bola Melengkung* (curved catch), *3. Menangkap Bola Rata Tanah* (ground catch), and *4. Menangkap Bola Lurus Rata Dada* (flat chest catch).
- MEMUKUL (Striking):** Shows two batting stances: *Pukulan mendatar* (flat bat) and *Pukulan mendarat* (ground ball bat).

**COBA LAKUKAN DENGAN TEMAN ATAU KELOMPOKMU !!!**

**Ayo Berlatih**



The slide features a large blue call-to-action box with the text **COBA LAKUKAN DENGAN TEMAN ATAU KELOMPOKMU !!!**. Below it, on the left, is a brown banner with the text **Ayo Berlatih** and a circular illustration of a boy sitting at a desk with a pencil and books. On the right is a large illustration of a girl in a yellow and red uniform running quickly, with a large yellow splash behind her feet.

