

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SDN 1 NGLUMPANG	Kelas/Semester	: 6 / 1 (Ganjil)
Mata Pelajaran	: PJOK	Alokasi Waktu	: 3 x 35 Menit (3 x Pertemuan)
Materi Pokok	: Atletik	Sub Materi	: Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar Jalan,Lari,Lompat Dan Lempar

### KOMPETENSI DASAR (KD)

- 3.3 dan 4.3 Memahami / Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional

### TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran menggunakan model pembelajaran Kooperatif (Cooperative Learning), dengan metode Literasi dan Eksperimen dengan mengembangkan karakter percaya diri, disiplin, kerjasama dan tanggung jawab, siswa dapat :

- Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan

### KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan/ Sintaks	Deskripsi Kegiatan
<b>Pendahuluan</b> (15 Menit)	<p><b>Penguatan Pendidikan Karakter</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka</li> <li>2. Salah satu peserta didik diminta memimpin do'a (Religius)</li> <li>3. Guru melakukan presensi/ mengecek kehadiran peserta didik (Disiplin)</li> <li>4. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran Atletik</li> <li>5. Guru memberikan gambaran tentang Atletik dalam kehidupan sehari – hari</li> </ol>
<b>Kegiatan Inti</b> (75 Menit)	<p><b>Literasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru memberikan gambaran Atletik menggunakan media audio visual</li> <li>• Peserta didik menyimak tayangan audio visual dengan seksama</li> <li>• Guru memotivasi peserta didik untuk terlibat aktif dalam pembelajaran Atletik</li> </ul> <p><b>Critical Thinking</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik melakukan warming up dipimpin oleh peserta didik itu sendiri dan diikuti oleh peserta didik lainnya</li> <li>• Peserta didik mendefinisikan dan mengorganisasikan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik ;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan dan lari (Jalan ke depan berlari zigzag lalu melompati rintangan)</li> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lompat (Lari ditempat lalu melompat dengan satu kaki)</li> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lempar (Lari pelan kemudian cepat lalu melempar bola melambung/mendatar)</li> <li>✓ Permainan berjalan jinjit, berlari, melompat dan melempar dengan berkelompok</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Colaboration (Kerja Sama)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik mengumpulkan informasi dari berbagai sumber (tayangan audio visual, buku bacaan yang terkait dengan materi, teman /orang tua dan internet)</li> <li>• Peserta didik mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik menggunakan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber SDN 1 NGLUMPANG ;                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan dan lari (Jalan ke depan berlari zigzag lalu melompati rintangan)</li> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lompat (Lari ditempat lalu melompat dengan satu kaki)</li> <li>✓ Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lempar (Lari pelan kemudian cepat lalu melempar bola melambung/mendatar)</li> <li>✓ Permainan berjalan jinjit, berlari, melompat dan melempar dengan berkelompok</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Comunication (Komunikasi)</b></p> <p>Salah satu siswa diberikan kesempatan untuk mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dalam Atletik ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan dan lari (Jalan ke depan berlari zigzag lalu melompati rintangan)</li> <li>• Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lompat (Lari ditempat lalu melompat dengan satu kaki)</li> <li>• Variasi dan kombinasi gerak dasar lari dan lempar (Lari pelan kemudian cepat lalu melempar bola melambung/mendatar)</li> <li>• Permainan berjalan jinjit, berlari, melompat dan melempar dengan berkelompok</li> </ul>

Kegiatan/ Sintaks	Deskripsi Kegiatan
	<p><b>Creativity (Kreativitas)</b></p> <p><i>Kesimpulan Pembelajaran</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru dan peserta didik menarik sebuah kesimpulan tentang point – point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran Atletik</li> <li>• Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami atau guru menyampaikan beberapa pertanyaan pemicu kepada peserta didik berkaitan dengan materi yang telah dipelajari yaitu Atletik</li> </ul>
<b>Penutup (15 Menit)</b>	<p>Peserta : 1. Membuat rangkuman / simpulan pembelajaran tentang Atletik</p> <p>Didik : 2. Peserta didik melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas dan lapangan SDN 1 NGLUMPANG</p> <p>3. Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang peserta didik</p> <p>Guru : 1. Memeriksa rangkuman / simpulan peserta didik yang selesai dan di berikan Apresiasi terhadap kinerja mereka selama kegiatan pembelajaran berlangsung</p> <p>2. Memberikan informasi kepada peserta didik tentang materi yang akan di bahas di pertemuan berikutnya</p>

### KESIMPULAN PEMBELAJARAN

- Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dapat dipraktikkan dengan variasi dan kombinasi dalam rangkaian gerak, seperti permainan berjalan jinjit, berlari, melompat dan melempar dengan berkelompok

### PENILAIAN

Penilaian Pengetahuan : Quiz

Penilaian Keterampilan : Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar melalui permainan

Mengetahui,  
Kepala Sekolah SDN 1 Nglumpang

Nglumpang, .....2020  
Guru PJOK

Arief Purwanto, S.Pd  
NIP. 19611129 198010 2 002

Ridhwan Chabibi, S.Pd  
NIP. -

