

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Oleh: AGUS DWI UTOMO, S.Pd

Nama Satuan Pendidikan : **SDN KRANDEGAN**
Mata Pelajaran : **PJOK**
Kelas/Semester : **IV/1**
Materi Pokok : **3. Aktifitas Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipulatif**
Pembelajaran ke : **1**
Alokasi waktu : **10 menit**

A. Kompetensi Inti

KI-1: Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya

KI-2: Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru

KI-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

KI-4: Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas 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 dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi	
3.1. Memahami prosedur variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar/bola kecil sederhana dan/atau tradisional	3.1.1	Mengategorikan gerak manipulative dalam permainan bola kecil (kasti) berdasarkan jenisnya.
	3.1.2	Mendeskripsikan cara melakukan gerak manipulative berdasarkan gambar.
	3.1.3	Menilai gerak manipulatif yang dilakukan orang lain.
4.1. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar/bola kecil sederhana dan/atau tradisional.	4.1.1.	Mengkreasikan gerak manipulative sesuai pilihan

C. Tujuan Pembelajaran

1. Melalui pengamatan gambar siswa dapat mengkategorikan gerak pada permainan bola kecil(kasti) berdasarkan jenisnya.
2. Melalui pengamatan gambar siswa dapat mendeskripsikan cara dalam melakukan gerak manipulatif.
3. Melalui pengamatan siswa dapat menilai gerak manipulatif yang dilakukan siswa lain.
4. Melalui diskusi kelompok siswa dapat mengkreasikan gerak manipulatif pilihan bersama kelompoknya.

D. Materi Pembelajaran :

- Pola Gerak Dasar Manipulatif

E. Metode

- Pendekatan : Scientific
Metode : Diskusi, ceramah, tanya jawab, demonstrasi, penugasan
Model : Pembelajaran langsung dan CTL

F. Media Pembelajaran

- Gambar - Lembar Kerja
- Bola kasti/plastik - Pemukul

G. Sumber Pembelajaran

- a. Buku Siswa “Aktif Berolahraga”, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk SD kelas IV, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- b. Buku pendamping “Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan” untuk SD/MI Kelas IV, PT. Putra Nugraha Sentosa.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

I. Pendahuluan

Sebelum Guru datang siswa sudah melakukan pemanasan/straiching sendiri dan memposisikan dalam formasi berbaris 3 bersap dengan duduk selonjor.

1. Guru mengucapkan salam dan menanyakan kabar
2. Guru mengingatkan dan mengajak siswa untuk selalu bersyukur.
3. Guru mengkondisikan siswa dan menunjuk salah satu siswa untuk memimpin doa bersama
4. Peserta didik membaca Pancasila dilanjutkan dengan meneriakkan yel-yel.
5. Guru melakukan absensi kehadiran siswa
6. Dalam mengawali pembelajaran guru melakukan hal-hal berikut:
 - Melempar bola kasti ke salah satu anak dan berkata “ awas tangkap!”
 - Dan berulang-ulang sampai beberapa kali.

Setelah itu memberikan pernyataan dan pertanyaan sebagai berikut:

- Siapa yang berhasil menangkap bola?
- Siapa yang tidak berhasil menagkap bola?
- Mengapa tadi tidak bisa menangkap?

7. Guru menyampaikan apa yang dilakukan dengan tujuan pembelajaran yang akan dilakukan dan kaitanya dengan pembelajaran sebelumnya.
8. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.

II. Inti

1. Guru membagi kelas kedalam 4 kelompok dengan cara berhitung ulang.
2. Guru meminta masing-masing kelompok mengambil 4 amplop.
Amplop 1 berisi gambar-gambar gerak manipulatif dalam permainan bola kecil (kasti).
Amplop 2 berisi LK 1
Amplop 3 berisi LK 2
Amplop 4 berisi materi gerak manipulative pada permainan bola kecil (kasti).
3. Guru meminta siswa membuka amplop 1 dan melakukan tanya jawab.
 - Gambar apa saja yang ada dalam amplop?
 - Guru menggaris bawahi bahwa gambar tersebut merupakan gambar gerak manipulatif.
4. Guru meminta masing-masing kelompok mengkategorikan gambar berdasarkan jenis gerak manipulaif dan cara melakukannya dengan mengisi LK yang berada di dalam amplop 2
5. Guru menunjukkan beberapa benda, yaitu bola kasti, dan pemukul.
6. Guru meminta masing-masing kelompok untuk mendiskusikan kreasi gerak manipulatif bersama kelompoknya.
7. Masing-masing kelompok mempraktikkan gerak manipulative dengan alat pilihan dan kelompok lain menilai dengan meningi LK 2.
8. Guru meminta siswa membuka amplop 4 dan mengevaluasi hasil tentang LK yang telah dikerjakan.
9. Guru meminta wakil masing-masing kelompok mempresentasikan hasil kerjanya dan kelompok lain menanggapi.
10. Guru membimbing siswa membuat kesimpulan dan memberi penguatan.

III. Penutup

1. Guru membimbing siswa membuat rangkuman.
2. Guru memberikan soal evaluasi (tes)
3. Guru memberi reward/pujian kepada siswa yang pekerjaannya benar dan memberi motivasi dan bimbingan untuk siswa yang belum benar.
4. Guru merefleksi hasil pembelajaran.
5. Guru mengajak siswa melakukan pendinginan dengan menyanyikan lagu “Padamu Negeri”
6. Guru dan siswa menutup proses pembelajaran dengan berdoa dan salam.

I. Penilaian

Penilaian terhadap materi pembelajaran ini dilakukan dengan pengamatan sikap, pengetahuan dan keterampilan dengan rubrik penilaian sebagai berikut:

Ranah	Prosedur	Teknik penilaian	Jenis	Bentuk	Instrumen
--------------	-----------------	-------------------------	--------------	---------------	------------------

Sikap	Proses	Non tes	Pengamatan	Lembar pengamatan	a. Rubrik penilaian b. Lembar pengamatan c. Penskoran
Pengetahuan	Hasil	Tes	Tertulis	Isian singkat	a. Kisi-kisi b. Soal c. Kunci jawaban
Keterampilan	Proses	Non tes	Perbuatan	Unjuk kerja	a. Rubrik penilaian b. Lembar pengamatan c. Pedoman perskoran

Mengetahui,
Kepala sekolah,

AGUS DWI UTOMO, S.Pd
NIP. 19750521 200903 1002

Krandegan, 26 Desember 2021
Guru PJOK

AGUS DWI UTOMO, S.Pd
NIP. 19750521 200903 1002

Lampiran Materi

Gerak Manipulaif dalam Permainan Bola Kasti

Gerak manipulatif dalam permainan bola kasti terdiri dari 3 yaitu melempar, menangkap, dan memukul.

1. Melempar Bola

Cara melakukan gerakan melempar

- 1) Berdiri tegak dengan satu kaki di depan (kaki kiri di depan jika bola dipegang tangan kanan dan sebaliknya)
- 2) Bola dipegang dengan tangan terkuat
- 3) Tarik tangan yang memegang bola kebelakang dan badan bertumpu kedepan.
- 4) Ayunkan tangan yang memegang bola lepaskan.
- 5) Geyak lanjutan

2. Menangkap Bola

Cara melakukan :

- a. Rapatkan kedua telapak tangan
- b. Pandangan dan tangan kearah datangnya bola
- c. Setelah bola sampai ditelapak tangan rapatkan jari-jari searah datangnya bola ke dada.
- d. Gerak lanjutan

3. Memukul Bola

Cara melakukan :

- a. Berdiri kangkang lutut agak ditekuk menghadap pelambung.
- b. Pegang pemukul dengan tangan terkuat.
- c. Jika pemukul tangan kanan maka tangan kiri meminta arah lambungan dan sebaliknya.

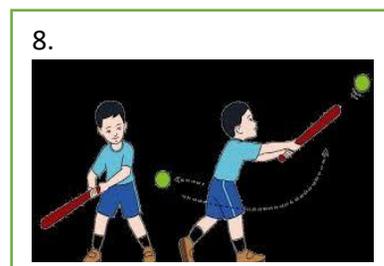
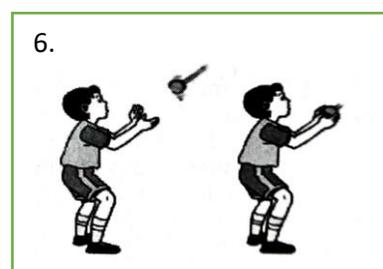
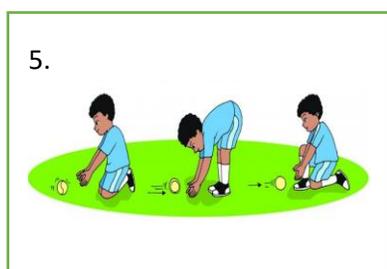
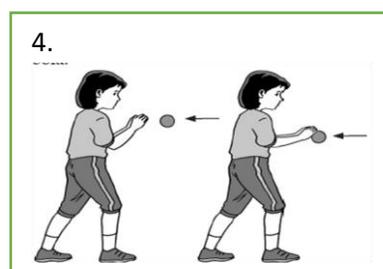
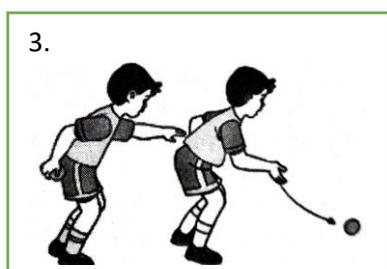
Arah ayunan pukulan dari belakang kedepan.apabila bola telah dipukul letakkan pemukul pada tempatnya.

Teknik melempar, menangkap dan memukul bola ada 3:

- a. Cara melempar/menangkap/memukul bola melambung
- b. Cara melempar/menangkap/memukul bola mendatar
- c. Cara melempar/menangkap/memukul bola menggelinding/menyusur tanah

Lampiran

Gambar-gambar manipulatif



Lampiran LK 1

Nama Kelompok :

Anggota :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

No	Gerak Manipulatf	Nomor Gambar	Cara Melakukan
1	Melempar		
2.	Menangkap		
3.	Memukul		

Rubrik Penilaian Sikap

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Jujur	Mengerjakan semua tugas berdasarkan data yang didapat dan tidak mencontoh	Hampir semua tugas dikerjakan berdasarkan data yang didapat dan tidak mencontoh	Sebagian tugas dikerjakan berdasarkan data yang didapa dan sebagian mencotoh	Sebagian besar tugas dikerjakan berdasarkan data yang didapa dan sebagian mencotoh
Disiplin	Semua tugas dikumpulkan tepat waktu	Sebagian kecil tugas dikumpulkan tepat waktu	Sebagian besar tugas dikumpulkan tepat waktu	Semua tugas dikumpulkan tidak tepat waktu
Tanggung Jawab	Melaksanakan semua tugas dengan sangat baik	Melaksanakan semua tugas dengan baik	Melaksanakan semua tugas cukup baik	Melaksanakan semua tugas kurang baik
Percaya Diri	Mempresentasikan tugas dengan sangat percaya diri	Mempresentasikan tugas dengan percaya diri	Mempresentasikan tugas cukup percaya diri	Mempresentasikan tugas kurang percaya diri
Peduli	Saling membantu dalam mengerjakan semua tugas kelompok	Saling membantu dalam mengerjakan sebagian esar tugas kelompok	Saling membantu dalam mengerjakan sebagian tugas kelompok	Krang membantu dalam mengerjakan semua tugas kelompok
Santun	Menyampaikan semua gagasan dengan sangat santun	Menyampaikan semua gagasan dengan santun	Menyampaikan semua gagasan cukup santun	Menyampaikan semua gagasan krang santun

Penskoran :

Masing – masig indikator skor maksimal 4

Nalai masing-masing indikator = $\frac{\text{skor perolehan}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$

Skor maksimal

Lampiran tes Tulis

1. Berilah tanda centang (✓) pada pernyataan yang benar!

Cara melakukan gerak melempar bola kasti di bawah ini yang benar adalah....

- 1. Berdiri tegak dengan satu kaki di depan
 - 2. Bola dipegang dengan tangan terkuat
 - 3. Ayunkan tangan yang memegang bola lepaskan.
 - 4. Berdiri tegak dengan kaki kanan di depaan
 - 5. Berdiri kangkang lutut ditekuk
2. Berilah tanda centang (✓) pada pernyataan benar pada kolom benar dan pernyataan salah pada kolom salah!

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Teknik melempar bola ada 3		
2	Dalam menangkap bola arah badan dan mata menghadap arah datangnya bola		
3	Setelah selesai memukul bola pemukul dilemparkan ke arah depan		
4	Menangkap bola hanya bisa dilakukan dengan menggunakan 1 tangan		

3. Pada latihan menangkap bola bersama teman-temannya Alya menangkap bola menggunakan satu tangan dengan dengan tubuh meloncat ke atas.

Uraikan situasi datangnya bola berdasarkan tindakan yang dilakkan Alya!

Kunci Jawaban

1. Jawaban benar nomor 2 dan 3
2. Jawaban pernyataan benar nomor 1 dan 2 dan salah nomor 3 dan 4
3. Bola dilempar dan melambung tinggi

Penskoran

Nomor 1.

Dijawab 2 benar semua nilai 10

Dijawab 1 benar skor 5

Dijawab 2 benar 1 skor 4

Dijawab 3 benar 1 skor 3

Dijawab 4 benar 1 skor 2

Nomor 2

Benar semua nilai 8

Benar 3 skor 6

Benar 2 skor 4

Benar 1 skor 2

Nomor 3 skor maksimal 12

Skor maksimal 30

Nilai = $\frac{\text{Skor maksimal}}{30} \times 100$

30

Lapiran Penilaian Keterampilan

No	Nama Siswa	Gerak Manipulatif												Nilai		
		Melempar				Menangkap				Memukul						
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1			

Rubrik Penilaian Keterampilan

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
Melempar bola	Melempar bola dengan 3 teknik (bola melambung, mendatar dan menggelinding) dengan sikap yang benar dan hasil sesuai kebutuhan	Melempar bola dengan 2 teknik (bola melambung, mendatar dan menggelinding) sikap yang benar dan hasil sesekali tidak sesuai kebtuhan	Melempar dengan 3 teknik (bola melambung, mendatar dan menggelinding) sikap yang cukup benar dan hasil sesekali tidak sesuai kebtuhan	Melempar dengan 3 teknik (bola melambung, mendatar dan menggelinding) sikap yang krang benar dan hasil tidak sesuai kebtuhan
Menangkap bola	Menangkap bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding)	Menangkap bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding)	Menangkap bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding)	Menangkap bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding)

	dengan 2 tangan, 1 tangan dengan hasil yang selalu tepat.	dengan 2 tangan, 1 tangan dengan hasil yang sesekali tidak tepat.	dengan 2 tangan, 1 tangan dengan hasil yang sering tidak tepat.	dengan 2 tangan, 1 tangan dengan hasil yang selalu sesekali tepat.
Memukul bola	Memukul bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding) dengan sikap yang benar dan hasil sesuai maksimal	Memukul bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding) dengan sikap yang sesekali kurang benar dan hasil sesekali sesuai cukup maksimal	Memukul bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding) dengan sikap yang cukup benar dan hasil cukup maksimal	Memukul bola (bola melambung, mendatar dan menggelinding) dengan sikap yang kurang benar dan hasil kurang maksimal

Penskoran

Skor maksimal = 12

Skor perolehan x 100

Skor maksml