

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: SDS Raden Patah	Metode Pembelajaran	: PJJ Daring
Mata Pelajaran	: PJOK	Pekan Ke	: I, II dan III
Kelas	: VI (enam)	Alokasi Waktu	: 4 x 35 Menit (3xPertemuan)
Semester	: Ganjil	Materi Pembelajaran	: Atletik (Tehnik Lari Cepat)

No	KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI
1	3.2 Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	3.2.1 Menjelaskan (HOTS) konsep variasi kombinasi gerak dasar atletik teknik start, gerakan lari, gerakan memasuki garis finish dalam lari cepat 3.2.2 Menguraikan (HOTS) informasi tentang teknik start ,gerakan lari, gerakan memasuki garis finish melalui Video lari Sprint di link Youtube pengamatan langsung. 3.2.3 Menganalisis (HOTS) keterampilan gerak teknik lari cepat (start, saat gerakan lari dan gerakan memasuki garis finish) dan membuat kesimpulan. 3.2.4 Menyusun (HOTS) cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik lari cepat (start, saat gerakan lari dan gerakan memasuki garis finish) dan membuat kesimpulannya.
2	4.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	4.2.1 Mempraktikkan (HOTS) tahapan teknik dasar lari cepat. 4.2.2 Mendemonstrasikan (HOTS) rangkaian tahapan teknik lari cepat.

TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran **mengamati, menanya, mengeksplorasi, menganalisis dan mengkomunikasikan** siswa diharapkan bisa menganalisa manfaat dan mempraktikkan *Start* jongkok pada lari cepat secara sederhana dengan baik **serta penuh Tanggung Jawab**.
2. Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran **mengamati, menanya, mengeksplorasi, menganalisis dan mengkomunikasikan** siswa diharapkan dapat menganalisa manfaat dan mempraktikkan gerakan saat lari cepat secara sederhana dengan baik **serta penuh Tanggung Jawab**.
3. Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran **mengamati, menanya, mengeksplorasi, menganalisis dan mengkomunikasikan** siswa diharapkan dapat menganalisa manfaat dan mempraktikkan gerakan saat masuk garis finish secara sederhana dengan baik **serta penuh Tanggung Jawab**.

Pertemuan 1

LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
<p>Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Memulai kegiatan pembelajaran, guru menyampaikan salam kepada peserta didik2. Mengajak semua peserta didik berdoa3. Mengecek kehadiran siswa4. Guru Menyampaikan materi, tujuan pembelajaran dan manfaat pembelajaran <p>Melalui WA Grup/ Google Meet</p>	15 Menit
<p>Kegiatan Inti</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mengamati<ol style="list-style-type: none">a. Siswa mengamati dan menganalisis perlombaan melalui <i>link youtube</i> yang telah dibagikan oleh guru melalui grup <i>WhatsApp</i> : www.youtube.com/watch?v=tW5146oyTSSb. Siswa membaca modul (PPT) tentang tahapan melakukan <i>Start Jongkok</i> yang telah di share di WA Grup maupun Google Classroom.2. Menanya<ol style="list-style-type: none">a. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi teknik dasar Lari Cepat yang disampaikan melalui grup WA dan di Forum Google Classroomb. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami di grup WA dan di Forum Google Classroom3. Menalar<ol style="list-style-type: none">a. Guru menunjuk beberapa siswa untuk memperagakan cara melakukan tahapan <i>Start jongkok</i> dengan bimbingan guru.b. Siswa melakukan pengamatan dan memberikan masukan kegiatan yang dilakukan teman sejawatnya. (<i>Critical Thinking and Problem Formulation</i>)4. Mencoba<ol style="list-style-type: none">a. Guru Sebelum memulai kegiatan Teknik Start, guru harus mempelajari tahapan teknik Start dan aba-abanyab. Siswa secara mandiri mempraktikkan tahapan teknik start dalam lari cepat dengan aba-aba(bersedia, siap, ya) (<i>Creativity and Innovation</i>)5. Mengkomunikasikan<ol style="list-style-type: none">a. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada Guru. (<i>Communication</i>)	110 Menit
<p>Kegiatan Penutup</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa bersama guru melakukan refleksi dan kesimpulan atas pembelajaran yang telah berlangsung2. Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.	15 Menit

Pertemuan 2

LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
<p>Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Memulai kegiatan pembelajaran, guru menyampaikan salam kepada peserta didik2. Mengajak semua peserta didik berdoa3. Guru mengecek kesiapan dan kehadiran siswa4. Guru Menyampaikan materi, tujuan pembelajaran dan manfaat pembelajaran <p>Melalui WA Grup/ Google Meet</p>	15 Menit
<p>Kegiatan Inti</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mengamati<ol style="list-style-type: none">a. Guru dan siswa bersama-sama mengamati video teknik lari cepat pada link youtube yang sudah disiapkan dengan teliti link youtube yang telah dibagikan oleh guru melalui grup <i>WhatsApp</i> dan <i>Google Classroom</i> : https://www.youtube.com/watch?v=TqWBKM8Y1foc. Siswa membaca modul (PPT) tentang tahapan melakukan gerakan lari yang telah di share di <i>WA Grup</i> maupun <i>Google Classroom</i>.2. Menanya<ol style="list-style-type: none">a. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi teknik dasar Lari Cepat yang disampaikan melalui <i>grup WA</i> dan di <i>Forum Google Classroom</i>b. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami di grup <i>WA</i> dan di <i>Forum Google Classroom</i>3. Menalar<ol style="list-style-type: none">a. Guru menunjuk beberapa siswa untuk memperagakan cara melakukan tahapan <i>Start</i> jongkok dengan bimbingan guru.b. Siswa melakukan pengamatan dan memberikan masukan kegiatan yang dilakukan teman sejawatnya. (<i>Critical Thinking and Problem Formulation</i>)4. Mencoba<ol style="list-style-type: none">c. Guru sebelum memulai kegiatan Teknik <i>Start</i>, guru harus mempelajari tahapan teknik <i>Start</i> dan aba-abanyad. Siswa secara mandiri mempraktikkan tehnik saat berlari cepat dengan baik. (<i>Creativiy and Innovation</i>)5. Mengkomunikasikan<ol style="list-style-type: none">a. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada Guru. (<i>Communication</i>)	110 Menit
<p>Kegiatan Penutup</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa bersama guru melakukan refleksi dan kesimpulan atas pembelajaran yang telah berlangsung2. Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.	15 Menit

Pertemuan 3

LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN	ALOKASI WAKTU
<p>Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Memulai kegiatan pembelajaran, guru menyampaikan salam kepada peserta didik2. Mengajak semua peserta didik berdoa3. Guru mengecek kesiapan dan kehadiran siswa4. Guru Menyampaikan materi, tujuan pembelajaran dan manfaat pembelajaran <p>Melalui WA Grup/ Google Meet</p>	15 Menit
<p>Kegiatan Inti</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mengamati<ol style="list-style-type: none">a. Guru dan siswa bersama-sama mengamati video teknik masuk garis finish lari cepat pada link youtube yang sudah disiapkan dengan teliti <i>link youtube</i> yang telah dibagikan oleh guru melalui <i>grup WhatsApp</i> dan <i>Google Classroom</i> : https://www.youtube.com/watch?v=LLDoPBPICK4b. Siswa membaca modul (PPT) tentang tahapan melakukan finish yang benar yang telah di share di <i>WA Grup</i> maupun <i>Google Classroom</i>.2. Menanya<ol style="list-style-type: none">c. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi teknik masuk garis <i>finish</i> Lari Cepat yang disampaikan melalui <i>grup WA</i> dan di <i>Forum Google Classroom</i>d. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami di grup <i>WA</i> dan di <i>Forum Google Classroom</i>3. Menalar<ol style="list-style-type: none">a. Guru menunjuk beberapa siswa untuk memperagakan cara melakukan tahapan masuk garis <i>finish</i> dengan bimbingan guru.b. Siswa melakukan pengamatan dan memberikan masukan kegiatan yang dilakukan teman sejawatnya. (<i>Critical Thinking and Problem Formulation</i>)4. Mencoba<ol style="list-style-type: none">a. Guru sebelum memulai kegiatan Teknik Start, guru harus mempelajari tahapan teknik Start dan aba-abanyab. Siswa secara mandiri mempraktikkan tehnik saat berlari cepat dengan baik. (<i>Creativiy and Innovation</i>)5. Mengkomunikasikan<ol style="list-style-type: none">a. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada Guru. (<i>Communication</i>)	110 Menit
<p>Kegiatan Penutup</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa bersama guru melakukan refleksi dan kesimpulan atas pembelajaran yang telah berlangsung2. Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.	15 Menit

❖ **Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan : Scientific Learning
2. Model Pembelajaran : Discovery Learning (Pembelajaran Penemuan)
3. Metode : Tanya jawab, diskusi, Penugasan dan Peraktik

❖ **Media, Alat, Bahan**

➤ **Media :**

- *Video Lari Cepat*
- Laptop
- Android
- Grup WA
- Google Classroom
- Google Form

➤ **Alat/Bahan :**

- Penggaris, spidol, papan tulis
- Lapangan
- Cone
- Stopwatch
- Rafia

❖ **Penilaian :**

1. Pengetahuan : Pemberian tugas melalui gogle form
2. Keterampilan :
 - a. Mencatat hasil praktek menghitung denyut nadi yang sudah dilakukan dalam bentuk portopolio yang dikumpulkan satu minggu sekali kepada guru.
 - b. Mengirim Vidio praktik melalui W.A grup atau Google Classroom.

Mengetahui
Ka. SDS Raden Patah

ANNY KASANAHI. S.Pd
NIP.

Surabaya, 24 September 2020

Guru PJOK

WAHAB KUNCAHYO.S.Pd

Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian Sikap

- Penilaian Observasi

Penilaian observasi berdasarkan pengamatan sikap dan perilaku peserta didik sehari-hari, baik terkait dalam proses pembelajaran maupun secara umum. Pengamatan langsung dilakukan oleh guru. Berikut contoh instrumen penilaian sikap

No	Nama Siswa	Aspek Perilaku yang Dinilai				Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
		BS	JJ	TJ	DS			
1		75	75	50	75	275	68,75	C
2	

Keterangan :

- BS : Bekerja Sama
- JJ : Jujur
- TJ : Tanggun Jawab
- DS : Disiplin

Catatan :

1. Aspek perilaku dinilai dengan kriteria:

- 100 = Sangat Baik
- 75 = Baik
- 50 = Cukup
- 25 = Kurang

2. Skor maksimal = jumlah sikap yang dinilai dikalikan jumlah kriteria = $100 \times 4 = 400$

3. Skor sikap = jumlah skor dibagi jumlah sikap yang dinilai = $275 : 4 = 68,75$

4. Kode nilai / predikat :

- 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
- 50,01 – 75,00 = Baik (B)
- 25,01 – 50,00 = Cukup (C)
- 00,00 – 25,00 = Kurang (K)

5. Format di atas dapat diubah sesuai dengan aspek perilaku yang ingin dinilai

- Penilaian Diri

Seiring dengan bergesernya pusat pembelajaran dari guru kepada peserta didik, maka peserta didik diberikan kesempatan untuk menilai kemampuan dirinya sendiri. Namun agar penilaian tetap bersifat objektif, maka guru hendaknya menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari penilaian diri ini, menentukan kompetensi yang akan dinilai, kemudian menentukan kriteria penilaian yang akan digunakan, dan merumuskan format penilaiannya. Jadi, singkatnya format penilaiannya disiapkan oleh guru terlebih dahulu. Berikut Contoh format penilaian :

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
----	------------	----	-------	-------------	------------	------------

1	Selama diskusi, saya ikut serta mengusulkan ide/gagasan.	50		250	62,50	C
2	Ketika kami berdiskusi, setiap anggota mendapatkan kesempatan untuk berbicara.		50			
3	Saya ikut serta dalam membuat kesimpulan hasil diskusi kelompok.	50				
4	...	100				

Catatan :

1. Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50
2. Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria = $4 \times 100 = 400$
3. Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) = $(250 : 400) \times 100 = 62,50$
4. Kode nilai / predikat :
 - 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
 - 50,01 – 75,00 = Baik (B)
 - 25,01 – 50,00 = Cukup (C)
 - 00,00 – 25,00 = Kurang (K)
5. Format di atas dapat juga digunakan untuk menilai kompetensi pengetahuan dan keterampilan

- **Penilaian Teman Sebaya**

Penilaian ini dilakukan dengan meminta peserta didik untuk menilai temannya sendiri. Sama halnya dengan penilaian hendaknya guru telah menjelaskan maksud dan tujuan penilaian, membuat kriteria penilaian, dan juga menentukan format penilaiannya. Berikut Contoh format penilaian teman sebaya :

Nama yang diamati : ...

Pengamat : ...

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Jumlah Skor	Skor Sikap	Kode Nilai
1	Mau menerima pendapat teman.	100		450	90,00	SB
2	Memberikan solusi terhadap permasalahan.	100				
3	Memaksakan pendapat sendiri kepada anggota kelompok.		100			
4	Marah saat diberi kritik.	100				
5	...		50			

Catatan :

1. Skor penilaian Ya = 100 dan Tidak = 50 untuk pernyataan yang positif, sedangkan untuk pernyataan yang negatif, Ya = 50 dan Tidak = 100
2. Skor maksimal = jumlah pernyataan dikalikan jumlah kriteria = $5 \times 100 = 500$
3. Skor sikap = (jumlah skor dibagi skor maksimal dikali 100) = $(450 : 500) \times 100 = 90,00$
4. Kode nilai / predikat :
 - 75,01 – 100,00 = Sangat Baik (SB)
 - 50,01 – 75,00 = Baik (B)
 - 25,01 – 50,00 = Cukup (C)
 - 00,00 – 25,00 = Kurang (K)

- **Penilaian Jurnal** (*Lihat lampiran*)

2. Penilaian Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian: Ujian Tulis
- b. Keaktifan bertanya dan menjawab pertanyaan dari teman lain
- c. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

a. Soal ujian tulis

Nama :

Kelas :

No.	Aspek dan Soal Uji Tulis	Jawaban
1	Fakta Sebutkan tahapan start lari jarak pendek	
2	Konsep Jelaskan langkah-langkah lari jarak pendek	
3	Prosedur Jelaskan cara melakukan lari jarak pendek dari start, gerakan lari dan memasuki garis finish	

b. Pedoman penskoran

1) Penskoran

a) Soal nomor 1

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap
- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap

b) Soal nomor 2

- (1) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

c) Soal nomor 3

- (1) Skor 3, jika jenis disebut secara lengkap
- (2) Skor 2, jika jenis disebut secara kurang lengkap

- (3) Skor 1, jika jenis disebut tidak lengkap
- d) Soal nomor 4
- (1) Skor 4, jika urutan benar dan lengkap
- (2) Skor 3, jika urutan benar tetapi kurang lengkap
- (3) Skor 2, jika sebagian urutan tidak benar dan kurang lengkap
- (4) Skor 1, jika hanya sebagian urutan yang benar dan tidak lengkap.
- 2) Pengolahan skor Skor maksimum: 24
Skor perolehan siswa: SP
Nilai yang diperoleh siswa: $SP/24 \times 100$

3. Penilaian Keterampilan

- 1) Lembar pengamatan proses gerakakan lari cepat Teknik penilaian
Uji unjuk kerja oleh rekan sejawat
- 2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran
Siswa diminta untuk melakukan gerakan start, gerakan lari, dan gerakan memasuki garis finish dalam lari cepat dan tugas di video di kirim [ke Google Classroom](#).
- a) Petunjuk Penilaian
Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan gerak yang diharapkan.
- b) Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak Spesifik

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian			
		Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1	Sikap awalan melakukan Gerakan start baik	Memenuhi ke tiga kriteria	Memenuhi ke dua kriteria	Memenuhi hanya satu kriteria	Tidak memenuhi semua kriteria
2	Sikap pelaksanaan melakukan Gerakan lari baik				
3	Sikap memasuki garis Finish baik				
Skor Maksimal (4)					

- Pengolahan skor Skor maksimum: 4
Skor perolehan siswa: SP
Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/4 \times 100$