

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
SELEKSI SIMULASI MENGAJAR
CALON GURU PENGGERAK ANGKATAN 5
Oleh : Yandi Yarsono,S.Pd

Satuan Pembelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas / Semester : VI (Empat) / 1 (Satu)
Tema : Permainan Bola Kecil (Kasti)
Sub Tema : Gerak Dasar Manipulatif (Melempar, Menangkap dan Memukul Bola)
Pembelajaran ke : 1 (Satu)
Alokasi Waktu : 3 x 35 Menit (3 Kali Pertemuan).

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami berbagai pola gerak dasar manipulatif. Melempar, menangkap dan memukul bola dengan benar serta menunjukkan Profil Pelajar Pancasila sikap mandiri dan Gotong Royong yang ditunjukkan melalui proses aktivitas pembelajaran pola gerak dasar manipulative dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Persiapan mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan kembali Modul ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan berbagai pola gerak dasar manipulatif (melempar, menangkap dan memukul bola).
- c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - 1) Lapangan permainan atau lapangan sejenisnya (lapangan bola voli atau halaman sekolah).
 - 2) Bola tenis atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll)
 - 3) Papan pemukul modifikasi dari bet pingpong tenis meja.
 - 4) Tiang hinggap atau sejenisnya (kardus, ban, kursi, karet, bambu).
 - 5) Peluit dan stopwatch
 - 6) Lembar Kegiatan Peserta Didik (student work sheet) yang berisi perintah dan indicator tugas gerak

2. Kegiatan mengajar

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

a. Kegiatan Pendahuluan (2 menit)

- 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
- 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa. Dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.
- 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat di kelas atau di ruang UKS.
- 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
- 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara Tanya jawab.
- 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indicator ketercapaian kompetensi)

disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan berbagai pola gerak dasar manipulative (melempar, menangkap dan memukul bola): misalnya bahwa bermain melempar tangkap menggunakan bola adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi berbagai cabang olahraga, juga dapat digunakan pada situasi tertentu saat bertemu dengan binaan yang mengganggu.

- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: berbagai pola gerak dasar manipulatif (melempar, menangkap dan memukul bola) dalam bentuk permainan yang sederhana.
- 8) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi berbagai pola gerak manipulatif (melempar, menangkap dan memukul bola) kompetensi sikap (Profil Pelajar Pancasila) dengan observasi dalam bentuk jurnal, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong-royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: memahami dan mengerti berbagai pola gerak dasar manipulatif (gerak melempar dan menangkap bola) dengan benar menggunakan tes tertulis, dan kompetensi terkait ketrampilan yaitu: mempraktikkan berbagai pola gerak dasar manipulatif diantaranya : melempar dan menangkap bola dalam bentuk permainan dan peraturan yang sederhana dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter antara lain: gotong royong dan mandiri.
- 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk game. Nama permainannya lempar tangkap bola beranting.
 - a) Peserta didik dibagi menjadi 4 kelompok besar (peserta didik putra dan putri dibagi sama banyak). Kalau jumlah peserta didik 32 orang, maka satu kelompok terdiri dari 8 peserta didik.
 - b) Cara bermain: (1) Bola dioperkan secara beranting dari depan kebelakang melalui samping kanan/kiri, (2) Bola dioperkan secara beranting dari depan ke belakang melalui atas kepala, (3) Bola dioperkan secara beranting dari depan ke belakang melalui bawah/selakangan. Apabila bola tersebut terjatuh atau kelompok yang kalah dan diberi hukuman bernyanyi dan yang lainnya berjoget.
 - c) Berdasarkan pengamatan guru pada saat melakukan aktivitas game, disiplin sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara menghitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih(misalnya 8 orang). Maka jika terdapat 32 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 8 orang.
- 10) Pembelajaran ini selain dapat mengembangkan elemen ketrampilan gerak dan pengetahuan gerak, juga mengembangkan elemen gotong-royong dan mandiri nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan indicator meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagi, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

b. Kegiatan Inti (6 Menit)

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan menggunakan model penugasan, dengan prosedur sebagai berikut:

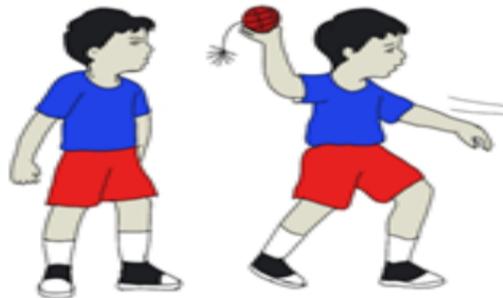
- 1) Peserta didik melihat tayangan video pembelajaran aktivitas pola gerak dasar manipulatif (melempar dan menangkap bola) pada permainan kasti.
- 2) Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berupa gambar contoh aktivitas berbagai ketrampilan melempar bola. Peserta didik membagi diri ke dalam empat (4) kelompok sesuai dengan materi (materi menjadi nama kelompok), masing-masing kelompok akan menirukan berbagai gerak melempar bola melambung, melempar bola lurus, melempar bola mendarat dan memukul bola. Dikemas dalam bentuk permainan.

- 3) Peserta didik melakukan tugas sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran, yaitu: Aktivitas berbagai pola gerak dasar manipulatif melempar bola dengan benar. Secara rinci tugas ajar aktivitas mempraktikkan berbagai dasar manipulatif melempar bola dengan benar adalah sebagai berikut:

Aktivitas 1

Aktivitas pembelajaran pola gerak dasar manipulatif (melempar dan menangkap bola) pada permainan kasti. melalui:

- a) Fakta, konsep, dan prosedur, serta praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif melempar bola pada permainan kasti.
- (1) Berdiri tegak, posisi kaki muka belakang
 - (2) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan,
 - (3) Badan condong ke belakang, kemudian ayunkan lengan dari bawah ke atas.
 - (4) Lempar dengan tangan terkuat.
 - (5) Bola dilempar diikuti gerakan lanjutan dengan melangkahkan kaki belakang ke depan/
 - (6) Pandangan mata mengikuti arah bola.



Gambar melempar bola

- b) Fakta, konsep, dan prosedur, serta praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif melempar pada permainan kasti secara perorangan atau berkelompok.

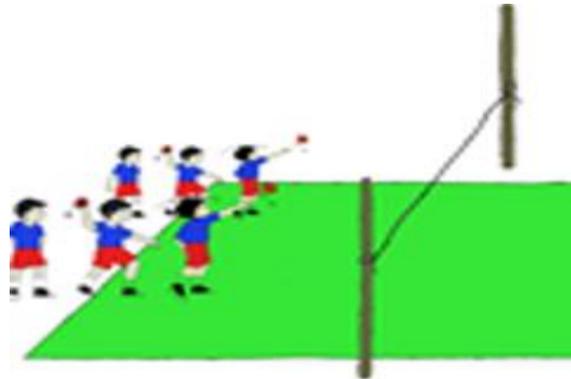
Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur pola gerak dasar manipulatif melempar pada permainan kasti secara perorangan atau berkelompok dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru.

- (1) Aktivitas pembelajaran melempar bola melambung dalam permainan bola berumbai.

Cara melakukannya:

- (1) Gunakan lapangan bulu tangkis atau lapangan voli, pasanglah tali pada tiang dan beri gantungan gambar buah sebagai sasaran.
- (2) Masing-masing kelompok membuat barisan berbanjar kemudian berhitung, mengamati kartu tugas yang berisi gambar cara melakukan aktivitas melempar bola melambung.
- (3) Anggota kelompok nomor urut 1 menirukan gerakan dalam kartu tugas terlebih dahulu dengan melemparkan bola mengenai gambar yang digantungkan, dengan menggunakan lemparan dari atas kepala, sedangkan anak nomor 2 mengamati.
- (4) Setelah melempar, mengambil bola dan menuju ke belakang barisan kelompoknya.

- (5) Lakukan seterusnya hingga seluruh anggota kelompok menirukan aktivitas melempar 10 kali pengulangan.
- (6) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang paling banyak mengenai sasaran, adalah kelompok pemenang
- (7) Guru mengamati dan mencatat segala aktivitas peserta didik.



Gambar gerakan menirukan melempar

- (2) Aktivitas pembelajaran mempraktikkan pola gerak dasar melempar bola lurus mengenai sasaran.

Cara melakukannya:

- (1) Peserta didik mengamati kartu tugas, berdiskusi menentukan bagaimana cara menirukan gerakan sesuai gambar yang ada.
- (2) Peserta didik berbaris bergantian, berhitung dari nomer satu sampai dengan nomer terakhir barisan, melakukan melempar bola lurus mengenai sasaran tumpukan benda dengan jarak awalan dan sasaran 5 meter sesuai gambar yang dipelajari, nomer urut berikutnya pada barisan tersebut melakukan pengamatan dan mencatat pada lembar kerja, apakah nomer urut 1 menirukan pola gerak dasar sesuai gambar yang dibagikan dan mengenai sasaran.
- (3) Selanjutnya peserta didik nomer 2 melakukan aktivitas sesuai yang dilakukan nomer urut satu, dan nomer urut berikutnya berganti menjadi pengamat saat nomer urut 2 menirukan pola gerak dasar.
- (4) Lakukan seterusnya, setelah mengamati peserta didik berbaris pada barisan paling belakang.
- (5) Pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 10 – 12 kali lemparan.
- (6) Pembelajaran ini menekankan pada nilai-nilai: profil Pelajar Pancasila elemen Gotong royong dan mandiri, siswa saling mengamati cara melakukan aktivitas secara bergantian dan mengoreksi.
- (7) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang paling banyak menjatuhkan tumpukan kardus, adalah kelompok pemenang
- (8) Guru mengamati dan mencatat segala aktivitas peserta didik.



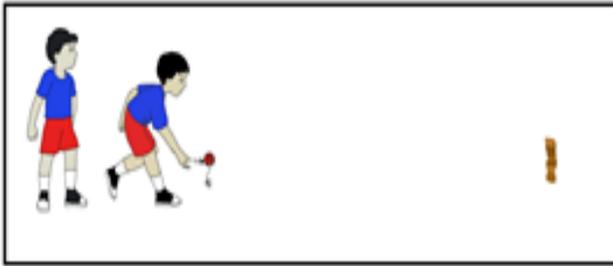
Gambar melempar benda

- (3) Aktivitas pembelajaran mempraktikkan pola gerak dasar menggelundungkan bola mengenai sasaran.

Cara melakukannya:

- (1) Peserta didik mengamati kartu tugas pada pos tersebut, berdiskusi menentukan bagaimana cara melakukan gerakan sesuai gambar yang ada.
- (2) Peserta didik berbaris berurutan, berhitung dari nomer satu sampai dengan nomer terakhir barisan, nomer urut 1 melakukan melempar

- bola ke arah bawah mengenai sasaran dengan jarak awalan dan sasaran 5 meter sesuai gambar yang dipelajari, nomer urut dua (2) pada barisan tersebut melakukan pengamatan dan mencatat pada lembar kerja, apakah nomer urut 1 menirukan pola gerak dasar sesuai gambar yang dibagikan dan mengenai sasaran.
- (3) Peserta didik nomer 2 melakukan aktivitas sesuai yang dilakukan nomer urut dua, dan nomer urut berikutnya berganti menjadi pengamat nomer urut 2 saat melakukan pola gerak dasar.
 - (4) Lakukan seterusnya, setelah mengamati peserta didik berbaris pada barisan paling belakang.
 - (5) Pembelajaran ini dilakukan berulang-ulang 10 – 12 lemparan.
 - (6) Pembelajaran ini menekankan pada nilai-nilai: profil Pelajar Pancasila elemen Gotong royong dan mandiri, siswa saling mengamati cara melakukan aktivitas secara bergantian dan mengoreksi.
 - (7) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang berulang kali menjatuhkan sasaran, adalah kelompok pemenang.
 - (8) Guru mengamati dan mencatat aktivitas peserta didik.



Gambar melindungi bola

Aktivitas 2

Setelah peserta didik melakukan aktivitas 2 pembelajaran berbagai pola gerak dasar manipulatif melempar bola, dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas berbagai pola gerak dasar manipulatif menangkap bola.

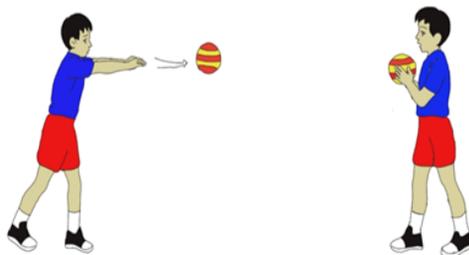
Bentuk-bentuk aktivitas berbagai pola gerak dasar manipulatif melempar dan menangkap bola, antara lain sebagai berikut:

- a) Fakta, konsep, dan prosedur, serta praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif menangkap bola.

Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur pola gerak dasar manipulatif menangkap bola. dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru.

Cara melakukan praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif menangkap bola. adalah:

- (1) Kedua kaki dibuka lebar, lutut agak ditekuk.
- (2) Pandangan menghadap ke arah datangnya bola
- (3) Sikap badan agak condong ke depan.
- (4) Kedua tangan mengarah ke depan, telapak tangan menghadap bola membentuk corong.
- (5) Tangkap bola dengan kedua tangan dan genggam dengan jari-jari.
- (6) Tarik ke arah dada dengan menekuk siku saat bola sudah tertangkap.



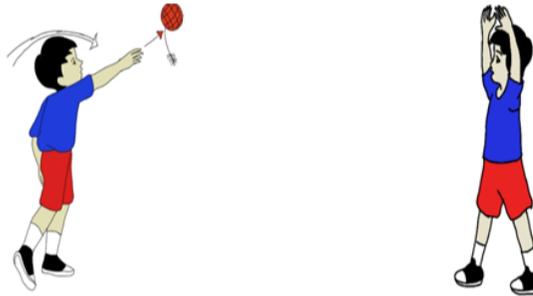
Gambar menangkap bola

b) Fakta, konsep, dan prosedur, serta praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif menangkap bola secara perorangan atau berkelompok.

(1) Aktivitas pembelajaran pola gerak dasar manipulatif menangkap bola dari atas.

Cara melakukannya:

- (a) Gunakan lapangan bulu tangkis atau lapangan voli, pasanglah tali pada tiang, peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok.
- (b) Masing-masing kelompok mengamati kartu tugas yang berisi gambar cara melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola melambung, kemudian kelompok dibagi dua berdiri berhadapan dengan jarak 4 meter dibatasi oleh tali, berbaris berbanjar.
- (c) Masing-masing anggota kelompok berurutan menirukan gerakan dalam kartu tugas, peserta didik berikutnya mengamati saat teman di depannya melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola
- (d) Anggota kelompok yang sudah melakukan aktivitas melempar atau menangkap bola melambung, berjalan menuju ke barisan paling belakang kelompoknya.
- (e) Lakukan seterusnya sampai masing-masing anggota kelompok melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola sebanyak 5 kali.
- (f) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang berulang kali tidak menjatuhkan bola, adalah kelompok pemenang.
- (g) Guru mengamati dan mencatat aktivitas peserta didik.



Gambar. Cara melempar menangkap bola melambung

(2) Aktivitas pembelajaran menangkap bola lurus

Cara melakukannya:

- (a) Masing-masing kelompok mengamati kartu tugas yang berisi gambar cara melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola lurus, kemudian kelompok dibagi dua berdiri berhadapan dengan jarak 4 meter dibatasi oleh tali setinggi 1 meter, berbaris berbanjar.
- (b) Masing-masing anggota kelompok berurutan menirukan gerakan dalam kartu tugas, peserta didik berikutnya mengamati saat teman di depannya melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola lurus setinggi tali.
- (c) Anggota kelompok yang sudah melakukan aktivitas melempar atau menangkap bola lurus, berjalan menuju ke barisan paling belakang kelompoknya.
- (d) Lakukan seterusnya sampai masing-masing anggota kelompok melakukan aktivitas melempar dan menangkap bola sebanyak 5 kali.
- (e) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang berulang kali berhasil menangkap bola, adalah kelompok pemenang.
- (f) Guru mengamati dan mencatat aktivitas peserta didik terlebih dahulu dengan melemparkan bola mengenai gambar yang digantungkan, dengan menggunakan lemparan dari atas kepala, sedangkan anak nomor 2 mengamati.



Gambar menangkap bola lurus

(3) Aktivitas pembelajaran menangkap bola menggelinding

Cara melakukannya:

- (a) Masing-masing kelompok mengamati kartu tugas yang berisi gambar cara melakukan aktivitas menggelindingkan dan menangkap bola, kemudian kelompok dibagi dua berdiri berhadapan dengan jarak 4 meter dibatasi oleh gawang kecil lebar 30 centimeter tinggi 50 centimeter berbaris berbanjar.
- (b) Masing- masing anggota kelompok berurutan menirukan gerakan dalam kartu tugas, peserta didik berikutnya mengamati saat teman di depannya melakukan aktivitas menggelindingkan dan menangkap bola melewati gawang kecil berukuran 1 m x 1 m.
- (c) Anggota kelompok yang sudah melakukan aktivitas menggelindingkan atau menangkap bola, berjalan menuju ke barisan paling belakang kelompoknya.
- (d) Lakukan seterusnya sampai masing-masing anggota kelompok melakukan aktivitas menggelindingkan dan menangkap bola sebanyak 5 kali.
- (e) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang berulang kali berhasil menggelindingkan dan menangkap bola dengan baik, adalah kelompok pemenang.
- (f) Guru mengamati dan mencatat aktivitas peserta didik.



Menangkap bola mendatar

Aktivitas 3

Setelah peserta didik melakukan aktivitas 3 pembelajaran berbagai pola gerak dasar manipulatif menangkap bola, dilanjutkan dengan mempelajari aktivitas berbagai pola gerak dasar manipulatif memukul bola.

Bentuk-bentuk aktivitas berbagai pola gerak dasar manipulatif memukul bola, antara lain sebagai berikut:

- a) Fakta, konsep, dan prosedur, serta praktik/latihan pola gerak dasar manipulatif memukul bola.
Pengetahuan mengenai fakta, konsep, dan prosedur pola gerak dasar manipulatif memukul bola. dipelajari melalui membaca dan berdiskusi sesuai lembar tugas yang diberikan oleh guru.
 - (1) Aktivitas pembelajaran memukul bola dengan telapak tangan.
Cara melakukannya:
 - (a) Berdiri kedua kaki dibuka, lutut agak ditekuk.
 - (b) Peganglah pemukul pada bagian yang kecil, genggam seperti menjabat tangan.
 - (c) Posisi pemukul diangkat setinggi samping kanan bahu.
 - (d) Ketika bola berada didaerah pukul, sambut dan pukullah bola.
 - (2) Aktivitas pembelajaran memukul bola dengan alat pemukul yang dimodifikasi.
Cara melakukannya:
 - (a) Perhatikan gambar yang ada dalam kartu tugas masing-masing kelompok.
 - (b) Diskusikan bagaimana cara menirukan tugas gerak yang ada dalam kartu tugas.
 - (c) Lakukan secara bergiliran untuk menirukan tugas aktivitas dalam kartu tersebut.

- (d) Lemparkan bola keatas kemudian berusaha memukul bola. yang dilemparkan secara individu.
- (e) Anggota kelompok yang tidak memukul mencoba menangkap bola hasil pukulan.
- (f) Lakukan sampai semua anggota kelompok melakukan 10 kali pukulan.
- (g) Dilakukan lomba antar kelompok, kelompok yang anggotanya lebih banyak berhasil memukul bola dengan baik, adalah kelompok pemenang.
- (h) Guru mengamati dan mencatat aktivitas peserta didik.

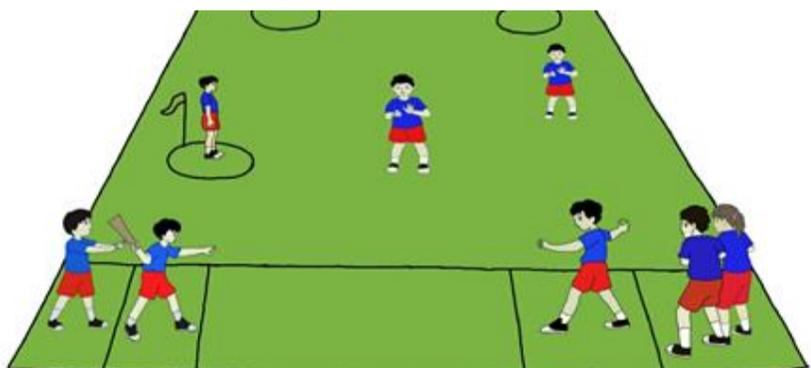


Gambar memukul bola dengan papan yang dimodifikasi

- (3) Aktivitas pembelajaran melempar, menangkap dan memukul bola dalam bentuk permainan kasti yang dimodifikasi.

Cara melakukannya:

- (a) Buatlah lapangan dengan ukuran 10 x 20 meter atau menyesuaikan dengan kondisi lapangan yang ada.
- (b) Letakan ban sebagai tempat hinggap pada jarak 5 meter dari tempat peserta didik memukul bola, dan jarak 20 meter selanjutnya sebagai tempat hinggap ke dua.
- (c) Letakkan kaleng bekas kue atau kardus bekas mie instan dekat dengan tempat peserta didik melakukan pukulan.
- (d) Peserta didik dibagi menjadi 4 kelompok kecil, dua kelompok akan bermain terlebih dahulu dua kelompok yang lain menjadi pengamat.
- (e) Setiap pengamat akan mengamati 1 temannya yang sedang bermain kasti, untuk menghitung berapa kali temannya melempar, menangkap dan memukul bola menggunakan kartu peserta didik.
- (f) Cara bermain :
 - a. peserta didik melakukan gerakan memukul bola yang dilempar sendiri secara berurutan.
 - b. Kesempatan memukul hanya 1 kali, setelah memukul lari menuju tiang hinggap.
 - c. Cara mematikan dengan cara menangkap bola kemudian dilemparkan ke kardus atau kaleng yang berada di dekat tempat peserta didik memukul bola, 5 kali perkenaan pada kaleng atau kardus maka dilakukan pergantian pemain.
 - d. Pergantian kelompok bermain, setelah masing-masing kelompok sudah menjadi 1 kali penjaga dan 1 kali sebagai regu pemukul.



Gambar Peserta didik bermain kasti yang dimodifikasi

- 1) Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok.
- 2) Seluruh aktivitas gerak manipulative melempar, menangkap dan memukul bola peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh

- guru apabila ada kesalahan gerakan.
- 3) Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas gerak manipulatif melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan lembol sesuai dengan koreksi oleh guru.
 - 4) Seluruh aktivitas gerak manipulatif melempar, menangkap, dan memukul bola permainan peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok.
 - 5) Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas gerak manipulatif melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.
 - 6) Guru mengamati seluruh aktivitas gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.

c. Kegiatan Penutup (2 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran.
- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan menceritakan tentang aktivitas gerak melempar, menangkap, dan memukul bola dalam permainan, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan.
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 6) Peserta didik mencuci tangan dan wajah, kemudian kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Asesmen Sikap

Asesmen Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

a. Petunjuk Asesmen (Lembar Asesmen Sikap Diri)

- 1) Isikan identitas kalian.
- 2) Berikan tanda cek (√) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Kalian, dan “Tidak” jika belum sesuai.
- 3) Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
- 4) Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.
- 5) Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah “Ya” yang terisi.

b. Rubrik Asesmen Sikap

	Pernyataan		
	Saya mampu menirukan melempar.		
	Saya mampu menangkap bola.		

	Saya mampu memukul bola		
	Saya suka bekerjasama.		
	Saya mau membantu teman		
	Sangat Baik	Baik	Perlu Perbaikan
	Jika lebih dari 4 pernyataan terisi “Ya”	Jika lebih dari 3 pernyataan terisi “Ya”	Jika lebih dari 2 pernyataan terisi “Ya”

2. Asesmen Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Penilaian						
Tes Tulis	Menjodohkan	<p>1. Berilah tanda panah pada Gerakan yang dimaksud</p> <table border="1"> <tr> <td>melempar bola dari bawah</td> <td></td> </tr> <tr> <td>melempar bola dari atas kepala</td> <td></td> </tr> <tr> <td>melempar bola dari samping</td> <td></td> </tr> </table>	melempar bola dari bawah		melempar bola dari atas kepala		melempar bola dari samping		Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.
	melempar bola dari bawah								
melempar bola dari atas kepala									
melempar bola dari samping									
Menjodohkan	<p>1. Jelaskan urutan cara melempar dan menangkap bola dari bawah</p> <table border="1"> <tr> <td>melempar tangkap bola dari bawah</td> <td></td> </tr> <tr> <td>melempar tangkap bola mendatar</td> <td></td> </tr> <tr> <td>melempar tangkap bola dari atas kepala</td> <td></td> </tr> </table>	melempar tangkap bola dari bawah		melempar tangkap bola mendatar		melempar tangkap bola dari atas kepala		Mendapatkan skor; Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0 urutan dituliskan dengan benar dan sebagian isi benar.	
melempar tangkap bola dari bawah									
melempar tangkap bola mendatar									
melempar tangkap bola dari atas kepala									

3. Asesmen Keterampilan.

Tes kinerja aktivitas Gerak dasar manipulatif melempar, menangkap dan memukul bola dalam permainan yang dimodifikasi.

1) Butir Tes

Saat bermain lempol berapa kali peserta didik mendapat kesempatan melempar bola, menangkap bola dan memukul bola, paling sedikit masing-masing peserta didik melakukan 3 kali aktivitas menirukan gerak dasar manipulatif melempar, menangkap dan memukul bola. Unsur-unsur yang diasesmen adalah kesempurnaan menirukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (asesmen produk).

- 2) Petunjuk Asesmen
Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak manipulatif yang diharapkan.
- 3) Rubrik Asesmen Keterampilan Gerak
Contoh lembar asesmen proses gerak untuk perorangan (setiap peserta didik satu lembar asesmen).

Nama : _____ Kelas: _____

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Melempar		Menangkap		Memukul	
			Ya (1)	Tidak (0)	Ya (1)	Tidak (0)	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki						
		b. Badan						
		c. Lengan dan tangan						
		d. Pandangan mata						
2.	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki						
		b. Badan						
		c. Lengan dan tangan						
		d. Pandangan mata						
3.	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki						
		b. Badan						
		c. Lengan dan tangan						
		d. Pandangan mata						
Perolehan/Skor maksimum X 100% = Skor Akhir								

b. Pedoman penskoran

a) Penskoran

- Skor 1 jika: Peserta didik dapat melakukan masing-masing kesempatan 3 kali aktivitas gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar pada pola gerak dasar manipulatif (melempar, menangkap dan memukul).
- Skor 0 jika: Peserta didik tidak dapat melakukan aktivitas masing-masing kesempatan 3 kali aktivitas gerakan sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir dengan benar pada pola gerak dasar manipulatif (melempar, menangkap dan memukul).
 - (1) Sikap awalan melakukan gerakan
 - (a) pandangan mata ke arah datangnya bola.
 - (b) badan sedikit condong ke depan dan berat badan terletak di antara kedua kaki, lutut ditekuk, dan jaga keseimbangan.
 - (2) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan melempar
 - (a) bola didorong dari depan.
 - (b) kedua lengan lurus ke depan.
 - (c) badan dicondongkan ke depan.
 - (d) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (3) Sikap akhir melakukan gerakan
 - (a) badan tetap condong ke depan.
 - (b) pandangan mata tertuju pada lepasnya bola.
 - (c) kaki kiri ke depan dan kaki kanan di belakang.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan peserta didik: SP

Skor keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10.

c) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Skor		Klasifikasi Skor
Putera	Puteri	
..... > 7 kali > 5 kali	Sangat Baik
5 – 6 kali	3 – 4 kali	Baik

3 – 4 kali	1 – 2 kali	Cukup
..... < 2 kali < kali	Kurang

Mengetahui
Kepala SD Negeri kaliayu

Kaliayu, 4 Januari 2022
Guru PJOK

RINDANG SUMILIR,S.Pd.,M.Pd
NIP. 19640906 198608 2 001

YANDI YARSONO,S.Pd
NIP. 19810216 200701 1 002