

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Satuan Pendidikan : UPTD SD NEGERI 1 BARRU  
Kelas/Semester : I/1  
Tema : Aktivitas Pengembangan Pola Gerak Dasar Lokomotor  
Sub Tema : Pola Gerak Dasar Lokomotor Berjalan  
Pembelajaran ke- : 1  
Alokasi waktu : 10 menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Menjelaskan gerak dasar lokomotor berjalan, berjalan ke samping, berlajjan lurus dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional.
2. Mempraktikkan gerak dasar lokomotor berjalan, berjalan ke samping, berlajjan lurus dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional.

### B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

#### 1. Pendahuluan ( 3 menit )

- Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan membaca doa (Orientasi).
- Mengecek kehadiran peserta didik dengan mengabsen (Disiplin)
- Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dengan pengalaman peserta didik (Apersepsi)
- Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi)

#### 2. Kegiatan Inti ( 5 menit )

- Mengamati – Peserta didik mengamati gambar tentang gerak dasar lokomotor berjalan, berjalan ke samping, berlajjan lurus dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional yang diberikan oleh guru (Creativity and innovation).
- Menanya – Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi gerak dasar lokomotor berjalan, berjalan ke samping, berlajjan lurus dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional. (Critical Thinking and problem solving)
- Menalar – Siswa mencoba berdiskusi dengan teman dan orang disekitar, (Collaboration and communication)
- Mencoba – Siswa diberi kesempatan untuk mempraktikkan gerak dasar lokomotor berjalan, berjalan ke samping, berlajjan lurus dalam berbagai bentuk permainan sederhana atau tradisional.
- Mengkomunikasikan – Peserta didik menyampaikan proses melakukan pembelajaran pada guru (Comunication)

#### 3. Kegiatan Penutup ( 2 menit )

- Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ditetapkan secara umum.
- Berdoa dan salam.

### C. PENILAIAN

1. Penilaian Afektif (pengamatan dan rekaman sikap)
2. Penilaian Kognitif (Tes tulis) / Tugas LKPD
3. Penilain Keterampilan (Tes praktik - rubrik penilaian melalui video)

Mengetahui ,

Kepala UPTD SD NEGERI 1 BARRU

Barru, 18 Juli 2021

Guru PJOK

LASAKKA, S.Pd

NIP. 196711110 198803 1 015

HERIANTI, S.Pd.,M.Pd

NIP. 19840624 200604 2



## INSTRUMEN PENILAIAN TERLAMPIR

### 1. Penilaian afektif ( sikap)

Pengamatan dan pencatatan sikap siswa selama kegiatan menggunakan lembar observasi.

#### a. Lembar observasi Penilaian Sikap spritual

NO	NAMA PESERTA DIDIK	KETAATAN BERIBADAH		PERILAKU BERSYUKUR		KEBIASAAN BERIBADAH		TOLERANSI	
		BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB
1									
2									

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

#### b. Lembar observasi penilaian sikap sosial

NO	NAMA PESERTA DIDIK	JUJUR		DISILIN		TANGGUNG JAWAB		PERCAYA DIRI	
		BS	PB	BS	PB	BS	PB	BS	PB
1									
2									

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

### 2. Penilaian Kognitif ( pengetahuan )

Mengerjakan Latihan di buku siswa atau mengerjakan LKPD yang telah disediakan

### 3. Penilaian Psikomotor ( keterampilan )

Gerakan yang Dinilai	Kualitas gerakan			
	Sangat baik	Baik	Cukup	Kurang
	91-100	81-90	71-80	61-70
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerakan berjalan ke depan</li> <li>• Gerakan berjalan ke samping</li> <li>• Gerakan berjalan di tempat</li> <li>• Gerakan berjalan serong depan</li> </ul>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 400				

Pedoman Penskoran :  $\frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100 = \text{Nilai Akhir}$



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK  
(LKPD)

Nama Sekolah : UPTD SD NEGERI 1 BARRU  
Kelas/Semester : I / I  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
Hari / Tanggal :  
Waktu :  
Nama Siswa : ...

1. KOMPETENSI DASAR :

3.2 Memahami prosedur gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

2. INDIKATOR :

- Peserta didik memahami prosedur gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional.

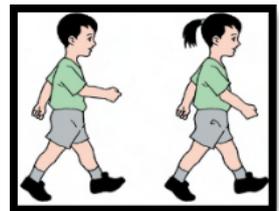
3. TUJUAN PEMBELAJARAN:

- Dengan Mengerjakan LKPD Peserta didik dapat mengidentifikasi macam-macam gambar gerakan berjalan.

4. DESKRIPSI PEMBUATAN TUGAS (LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN) :

- Buatlah garis untuk menghubungkan kata yang disebelah kiri dengan gambar yang sesuai disebelah kanan.

BERJALAN KE DEPAN



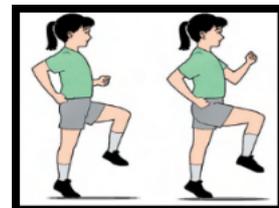
BERJALAN KE SAMPING



BERJALAN DI TEMPAT



BERJALAN CEPAT



PARAF GURU	
NILAI	

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK  
(LKPD)**

Nama Sekolah : UPTD SD NEGERI 1 BARRU  
 Kelas/Semester : I / I  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)  
 Hari / Tanggal :  
 Waktu :  
 Nama Siswa : ...

**1. KOMPETENSI DASAR :**

- 4.1 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional..

**2. INDIKATOR :**

- Peserta didik menyajikan dalam bentuk video gerakan berlari kedepan , melompat kedepan , kesamping dan kebelakang

**3. TUJUAN PEMBELAJARAN:**

- Dengan mengamati gambar atau melihat video pembelajaran peserta didik dapat melakukan berbagai gerakan berjalan dengan berbagai arah

**4. DESKRIPSI PEMBUATAN TUGAS (LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN) :**

- Berpakaian olahraga, berdoa dan pemanasan ringan
- Mengamati gambar atau video pembelajaran yang disajikan oleh guru,
- Melakukan gerakan berjalan kedepan ke samping dan ke belakang ( direkam )
- Melakukan gerakan berjalan di tempat ( direkam )

PARAF GURU	
NILAI	



## LAMPIRAN LAMPIRAN

### MATERI GERAK DASAR JALAN

sekarang kamu sudah kelas 1 sd  
bagaimana perasaanmu senangkah  
setiap hari kamu harus sekolah  
jadi kesehatan tubuh harus dijaga  
bagaimana caranya tidak cepat lelah  
salah satu cara menjaga kebugaran tubuh  
dengan bergerak secara benar



sumber drupadi2008.files.wordpress.com [12 juni 2009]

gambar 1.1 berjalan kaki bagus untuk kesehatan

sekarang kita akan belajar  
tentang gerak dasar dan permainan  
setelah belajar kamu akan dapat  
mempraktikkan gerak dasar

- jalan lari dan lompat
- memutar mengayun atau menekuk



- lempar tangkap dan sejenisnya

## gerak dasar jalan lari dan lompat

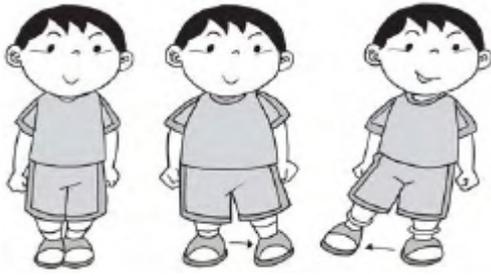
jalan lari dan lompat  
adalah gerakan yang sederhana  
setiap orang pasti pernah melakukannya  
menurut dr sadoso sumosardjuno sp ko  
gerakan itu mudah dilakukan dan menyenangkan  
tapi harus dilakukan dengan benar  
apakah kamu sering melakukan itu  
apakah kamu tahu caranya  
ayo kita pelajari bersama

## gerak jalan

jalan adalah gerak melangkahkan kaki  
melangkah bergantian kaki kanan dan kiri  
bergerak ke depan belakang atau samping  
apakah kamu suka berjalan kaki  
jalan kaki berguna bagi kesehatan  
dapat menguatkan otot kaki  
sebelum belajar jalan dengan benar  
kita belajar cara melangkah dulu

## melangkah ke kiri dan kanan

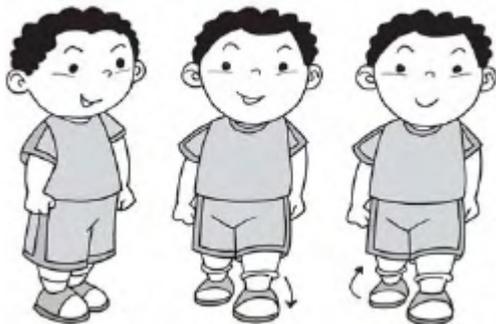




Cara melakukan gerakan ini

1. Diawali berdiri sikap tegak
2. Langkahkan kaki kirimu ke samping kiri,
3. Tanganmu jangan bergerak
4. Kembali ke tempat semula
5. Gantian kaki kananmu

melangkah ke depan dan belakang

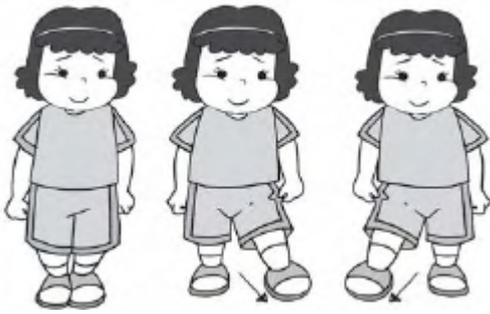


Cara melakukan gerakan ini

1. Berdirilah dengan tegak pandangan ke depan
2. Langkahkan kaki kirimu ke arah depan
3. Kembali ke tempat semula
4. Lalu langkahkan kaki kanan ke belakang

melangkah serong ke depan





Cara melakukan gerakan ini

1. Berdiri dengan sikap tegak
2. Letakkan tanganmu disamping
3. Langkahkan kaki kirimu kedepan serong kiri
4. Kembalikan ke tempat semula
5. Lakukan gerak ini bergantian dengan kaki kanan

