

Lampiran 1**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) SIKLUS I (Pertemuan I)**

Sekolah : SDN Gondangdia 01

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : V (lima) / 1 (satu)

Alokasi Waktu : 3 x 35 menit

Waktu Pelaksanaan : Kamis, 09 November 2017

A. Kompetensi Inti (KI)

1. Menerima, menjalankan dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga, dan negara.
3. Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.

4. Menunjukkan keterampilan berfikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar dalam berbagai permainan dan atau olah raga tradisional bola besar.	3.1.1 Menyebutkan macam-macam teknik menendang bola 3.1.2 Menjelaskan cara melakukan tendangan dalam permainan bola besar
4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar.	4.1.1 Menendang bola dengan berbagai teknik menendang yang benar 4.1.2 Melakukan berbagai gerakan menendang dalam permainan bola besar dengan baik

C. Tujuan Pembelajaran

1. Melalui praktik dan pengamatan, peserta didik dapat menyebutkan macam-macam teknik menendang dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar dengan cermat.
2. Melalui praktik dan pengamatan, peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan tendangan dalam berbagai permainan dan atau olahraga tradisional bola besar dengan benar

3. Melalui praktik, peserta didik dapat menendang bola dengan berbagai teknik dan kontrol yang baik dengan percaya diri.
4. Melalui permainan, peserta didik dapat bermain sepak bola dengan permainan yang dimodifikasi dengan percaya diri

D. Materi Pembelajaran.

1. Gerak dasar menendang bola
2. Bermain sepak bola dengan permainan yang dimodifikasi

E. Metode Pembelajaran

- Metode Pembelajaran : Tanya jawab, Diskusi, Praktik
- Pendekatan Pembelajaran : Kontekstual

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran peserta didik. 2. Kelas dilanjutkan dengan doa dipimpin oleh salah seorang peserta didik. 3. Guru memberikan apersepsi dengan bertanya tentang pengalaman yang dialami peserta didik sehari-hari. 4. Guru kemudian memberi motivasi terhadap respons peserta didik 5. Peserta didik memperhatikan penjelasan guru tentang tujuan, manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan. 	15 menit
Kegiatan inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik melakukan pemanasan dengan bimbingan guru 2. Guru mempraktikkan cara menendang bola dengan benar 3. Guru meminta peserta didik mendemonstrasikan 	70 menit

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
	<p>cara menendang bola dengan benar</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Peserta didik diberikan kesempatan berinteraksi untuk menemukan konsep gerak dasar menendang bola 5. Peserta didik diminta membuat kelompok yang berjumlah 5-10 orang 6. Guru menjelaskan cara bermain permainan Berburu Tikus 7. Peserta didik diminta untuk berdiskusi 8. Peserta didik diminta melakukan permainan berburu tikus sesuai kelompok yang telah dibentuk 9. Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik bersama guru melakukan refleksi atas pembelajaran yang telah berlangsung: <ul style="list-style-type: none"> • Apa saja yang telah dipahami peserta didik? • Apa yang belum dipahami peserta didik? • Bagaimana perasaan selama pembelajaran?. 2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran. 3. Peserta didik menyimak penjelasan guru tentang aktivitas pembelajaran pada pertemuan selanjutnya. Termasuk menyampaikan kegiatan bersama orangtua 4. Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang peserta didik 	20 Menit

G. Media/Alat, Bahan dan Sumber Belajar

Media/Alat : Bola sepak, Cone, Pluit, Stopwatch

Sumber Belajar :

1. Buku Guru Kelas IV, Tema 3: Kerukunan Dalam Bermasyarakat, Subtema 1: Hidup Rukun, Pembelajaran 2. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.

2. Tim Penjasorkes SD, Penjasorkes Kelas 5. Jakarta: Yudhistira
3. Suwarjo, Penjasorkes untuk SD kelas V. Jakarta: Erlangga
4. Sugiarto, Mahir Bermain Sepak Bola. Bekasi: Mediantara

H. Penilaian

- a. Teknik: Praktik
- b. Bentuk: Lembar Pengamatan

Lembar Pengamatan Keterampilan Menendang Bola

Petujuk Pengisian:

1. Berilah tanda ceklis (√) bila peserta didik melakukan dengan benar
2. Berilah tanda ceklis (X) bila peserta didik belum melakukan dengan benar atau tepat

No	Nama Siswa	Posisi kaki tumpuan (1)	Posisi Tubuh (2)	Posisi lengan (3)	Gerakan ayunan tungkai (4)	Gerakan lanjutan (5)	Pandangan (6)	Kategori
1	ABS							
2	ASP							
3	AFA							
4	BFL							
5	CN							
6	ENW							
7	FNA							
8	HPA							
9	MAA							
10	MGH							
11	MDD							
12	MAP							
13	MR							

No	Nama Siswa	Posisi kaki tumpuan (1)	Posisi Tubuh (2)	Posisi lengan (3)	Gerakan ayunan tungkai (4)	Gerakan lanjutan (5)	Pandangan (6)	Kategori
14	MZF							
15	RAA							
16	MRZ							
17	PM							
18	LTRS							
19	VG							
20	AK							
21	ANK							
22	AA							
23	A							
24	CNR							
25	FFN							
26	IRB							
27	KJA							
28	KR							
29	MAZ							
30	MRA							
31	SKS							
32	SNW							
33	SRA							
34	TNL							
35	ZLP							
36	ZJS							
37	AK							
38	RW							
39	K							

No	Komponen	Deskriptor
1	Posisi Kaki Tumpuan	Kaki tumpu diletakan disamping bola, ujung kaki menghadap sasaran dan lutut sedikit ditekuk (benar) Kaki tumpu tidak disamping bola, ujung kaki tidak ke sasaran dan lutut tidak ditekuk (salah)
2	Posisi tubuh	Badan sesuai dengan arah sasaran bola dan sedikit condong ke depan (benar) Badan tidak sesuai dengan arah sasaran bola dan tidak condong ke depan (salah)
3	Posisi lengan	Ayunan lengan sedikit dibuka untuk menjaga keseimbangan (benar) Ayunan lengan tidak dibuka (salah)
4	Gerakan Ayunan Tungkai	Kaki diayunkan dari belakang ke depan membentuk lengkungan (benar) Kaki diayunkan dari samping tidak membentuk lengkungan (salah)
5	Gerakan lanjutan	Posisi kaki kanan akan berada di depan kaki kiri saat melakukan tendangan jika menendang menggunakan kaki kanan. (benar) Posisi kaki kanan akan tidak berada di depan kaki kiri saat melakukan tendangan (salah)
6	Pandangan	Pandangan lurus ke arah sasaran bola (benar) Pandangan tidak ke arah sasaran bola (salah)

Keterangan Penilaian

Sangat baik = semua komponen muncul

Baik = terlihat komponen: posisi kaki tumpuan benar, gerakan ayunan tungkai benar, posisi badan benar, posisi tangan benar, gerak lanjutan benar.

Cukup = terlihat komponen: posisi kaki tumpuan benar, gerakan ayunan tungkai benar, posisi badan benar, posisi tangan benar

Kurang = terlihat komponen: posisi kaki tumpuan benar, gerakan ayunan tungkai benar, posisi badan benar.

Sangat Kurang = terlihat komponen: posisi kaki tumpuan benar, gerakan ayunan tungkai benar.

$$\text{Presentase} = \frac{\text{jumlah siswa kategori baik dan sangat baik}}{\text{jumlah seluruh siswa}} \times 100\%$$

Mengetahui

Jakarta, Kamis 09 November 2017

Guru PJOK

Peneliti

THOMAS OLA LULI, S.Pd
NIP: 197304232010081001

JEMENS PUARADJA
NIM: 1815145754

Kepala Sekolah SDN Gondangdia 01

Drs. ASHADI
NIP: 196104151983031013