

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD Negeri  
 Kelas / Semester : 1 / 1  
 Tema : Keluargaku (Tema 4)  
 Sub Tema : Kegiatan Keluargaku (Sub Tema 2)  
 Muatan Terpadu : PJOK (3.1, 4.1)  
 Materi : Gerakan Berlari Membawa Bola  
 Pembelajaran ke : 4  
 Alokasi waktu : 1 Hari

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan menyimak penjelasan guru, siswa dapat menjelaskan gerakan berlari satu arah dengan benar.
2. Dengan contoh yang diberikan oleh guru, siswa mampu mempraktikkan gerakan berlari satu arah dengan percaya diri.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pendahuluan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (<b>Religius dan Integritas</b>)</li> <li>2. Menyanyikan salah satu lagu wajib dan atau nasional. (<b>Nasionalisme</b>).</li> <li>3. Pembiasaan membaca/menulis (<b>Kegiatan literasi</b>)</li> <li>4. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan.</li> </ol>	10 menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa melakukan gerakan berlari satu arah sambil bermain membawa bola dengan menggunakan ungkapan tolong dan terima kasih.</li> <li>2. Siswa berdiri dengan membentuk barisan dari depan ke belakang.</li> <li>3. Guru berdiri dengan jarak kurang lebih 10 M. Sambil memegang bola.</li> <li>4. Siswa menyimak kembali penjelasan guru aturan gerakan lari satu arah, yaitu :                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ posisi badan agak condong ke depan.</li> <li>✓ pandangan mata ke depan.</li> <li>✓ berlari dengan koordinasi gerakan tangan dan kaki yang sesuai.</li> <li>✓ arah berlari lurus (tidak menyamping) menuju satu arah.</li> </ul> </li> <li>5. Siswa nomor 1 (paling depan), misalnya Dayu berlari satu arah menuju kepada guru.</li> <li>6. Sampai di depan guru, guru memberikan bola kepada Dayu, sambil meminta Dayu mengantar bola kepada siswa nomor 2 yang sekarang ada di posisi nomor 1, misalnya Lani.</li> <li>7. Skenario gerakan dan percakapannya sebagai berikut:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Guru : Dayu, tolong antarkan bola ini ke Lani.</li> <li>✓ Dayu : Baik Pak.</li> <li>✓ Guru : Terima kasih Dayu.</li> <li>✓ Dayu : Sama-sama Pak</li> </ul>                             Dayu kembali berlari menuju Lani.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dayu : Lani, tolong kembalikan bola ini kepada Pak Guru.</li> <li>✓ Lani : Baik Dayu</li> <li>✓ Dayu : Terima kasih Lani</li> <li>✓ Lani : Sama-sama Dayu.</li> </ul>                             Dayu menuju posisi paling belakang. Lani berlari membawa bola kepada Pak Guru dan menyerahkannya. Setelah menerima bola, guru melakukan percakapan seperti percakapan awal dengan Dayu.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Guru : Lani, tolong antarkan bola ini ke Beni (misal : Beni siswa di belakang Lani)</li> <li>✓ Lani : Baik Pak.</li> <li>✓ Guru : Terima kasih Lani.</li> <li>✓ Lani : Sama-sama Pak.</li> </ul> </li> <li>8. Kegiatan dilakukan sampai semua siswa mendapat giliran berlari. (<b>Creativity and Innovation</b>)</li> </ol>	65 menit
<b>Kegiatan Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mampu mengemukakan hasil belajar hari ini.</li> <li>2. Guru menyampaikan tugas kerja sama dengan orang tua dan siswa menyelesaikan tugas rumah sendiri dengan bimbingan orang tua. (<b>Mandiri</b>)</li> <li>3. Menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan <b>Nasionalisme</b>.</li> <li>4. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (<b>Religius</b>)</li> </ol>	15 menit

**C. PENILAIAN (ASESMEN)**

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan presentasi unjuk kerja atau hasil karya/projek dengan rubrik penilaian.

**LAMPIRAN PENILAIAN**

1. Penilaian Sikap: Observasi selama kegiatan berlangsung.

**Contoh lembar pengamatan sikap :**

Nama : Arora  
 Kelas/Sem : Kelas I/Sem 1  
 Pelaksanaan pengamatan : Di luar/di dalam pembelajaran

No	Aspek yang diamati	Tanggal	Catatan guru
1.	Percaya diri	7/09/2016	Berlari membawa bola dengan benar.
2.	Berani	7/09/2016	Melakukan gerakan berlari lurus dengan percaya diri.
3.			

2. Penilaian Pengetahuan

Menjelaskan prosedur gerakan berlari satu arah.

Soal :

Lingkarilah ciri-ciri gerakan berlari satu arah yang tepat.

- a) Posisi badan agak condong ke depan.
- b) Pandangan mata ke depan.
- c) Berlari dengan koordinasi gerakan tangan dan kaki yang sesuai.
- d) Arah berlari lurus (tidak menyamping) menuju satu arah.
- e) Arah berjalan lurus

Kunci jawaban : a, b, c, dan d.

Banyaknya jawaban benar yang diharapkan = 4 jawaban.

~ Jika jawaban benar, skor = 2

~ Skor maksimal = 2 x 4 = 8

~ Nilai akhir =  $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100 = \dots$

3. Penilaian Keterampilan

Pengamatan gerakan berlari satu arah

No	Kriteria	Terlihat (✓)	Belum terlihat (✓)
1	Kesesuaian gerakan kaki dan tangan	....	....
2	Ketepatan posisi badan	....	....
3	Ketepatan arah (menuju satu arah)	....	....

**Lembar Penilaian Keterampilan: Pengamatan gerakan berlari satu arah.**

**Ceklis kriteria yang muncul**

~ Jika jawaban benar, skor =2

~ Skor maksimal = 2 x 4 = 8

~ Nilai akhir =  $\frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100 = \dots$

No	Nama Siswa	Kesesuaian gerakan kaki dan tangan	Ketepatan posisi badan	Ketepatan arah (menuju satu arah)	Nilai Akhir	Predikat
1.	...					
2.	...					
3.	Dst					

D. **SUMBER DAN MEDIA**

1. Buku Pedoman Guru Tema 4 Kelas 1 dan Buku Siswa Tema 4 Kelas 1 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2013).
2. *Video/slide/buklet/pamflet/gambar* tentang berlari membawa bola.
3. Bola

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

....., .. 20..  
Guru PJOK Kelas I

.....  
NIP. ....

NIP.....