

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



REVISI 2020

TAPEL
2022/2023

ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199008102015021002

KELAS VI (ENAM)
SEMESTER GANJIL

PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA & KESEHATAN

SDN PERCONTOHAN
KOTA MAKASSAR

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Percontohan
Kelas / Semester	: VI (Enam) / I (Ganjil)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 1	: Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar
Subpelajaran	: Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli
Pembelajaran	: 2

A. Kompetensi Dasar (KD)	
3.1	Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.
B. Tujuan Pembelajaran	
1.	Dengan berdiskusi, siswa dapat menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.
2.	Melalui pengamatan, siswa dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Orientasi, aperepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai Pancasila dan kejujuran. 	
Kegiatan Inti (55 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Siswa membaca materi variasi dan kombinasi gerak dalam permainan bola voli Siswa mencari informasi dan gambar atlet bola voli Indonesia bersama kelompoknya. Informasi meliputi riwayat singkat dan prestasi atlet pada Asian Games 2018. Siswa mengeksplorasi pengetahuannya dengan mencari informasi dari buku, majalah, atau internet. Siswa mencatat informasi yang ditemukan dalam laporan tertulis. Siswa mengerjakan tugas selama satu minggu dengan sikap kerja sama (gotong royong) dan tanggung jawab. Siswa berdiskusi mengenai variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli. Langkah-langkahnya sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> Siswa menemukan informasi tentang variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli. Siswa mendiskusikan informasi yang ditemukan dari buku referensi atau internet. Siswa diberi kesempatan menyampaikan pendapat secara santun. Siswa melakukan refleksi atas kegiatan yang sudah dilakukan. Siswa mengamati peragaan guru dan siswa (model) dalam melakukan gerakan berikut. Berjalan dan berlari dengan memukul bola dalam servis bawah. Berjalan dan melompat dengan memukul bola dalam servis atas. Siswa menyimak penjelasan guru terkait variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam servis. Siswa mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam servis sesuai petunjuk rubrik Ayo, Lakukan (pada buku siswa halaman 13). Siswa mempraktikkan variasi berdiri dan berjalan dalam servis dari jarak 3 meter dan 6 meter. Siswa mempraktikkan variasi berdiri dan berjalan dalam servis dari area servis lapangan bola voli. Siswa mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola voli. Siswa memperagakan menekuk kaki dan mengayun lengan dengan memantulkan bola dalam passing bawah. Siswa mengerjakan Unjuk Kemampuan: Bermain Bola Voli Mini pada buku siswa halaman 15. Pada pembelajaran ini, guru dapat menerapkan metode pembelajaran simulasi. Siswa melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot. 	
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama 	
D. Penilaian	
1.	Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.
2.	Penilaian keterampilan : tes praktik

Mengetahui:
Kepala SDN Percontohan,

Makassar, 2023

Guru Mata Pelajaran PJOK,

BAHSYAM BAHARUDDIN, S.Pd., M.M.
NIP. 196712311988031001

ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199008102015021002

RUBRIK PENILAIAN

Kelas / Semester	: VI (Enam) / I (Ganjil)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 1	: Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli
Pembelajaran	: 2

1. Format Penilaian Sikap Spiritual dan Sikap Sosial

- Teknik penilaian, yaitu pengamatan.
- Instrumen penilaian, yaitu jurnal.
- Contoh jurnal penilaian sikap spiritual dan sikap sosial.
Butir nilai sikap spiritual : berdoa
Butir nilai sikap sosial : disiplin, kerja sama, tanggung jawab, percaya diri
Format jurnal penilaian lihat halaman 19.

2. Format Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan. Guru dapat melakukan penilaian ini melalui rubrik Penilaian Pengetahuan berikut.

- Teknik penilaian, yaitu tertulis.
- Instrumen penilaian, yaitu soal pilihan ganda (10 butir) dan uraian (5 butir).
- Kunci jawaban

(1) Kunci Jawaban Pilihan Ganda

1. a 2. c 3. b 4. d 5. d 6. a 7. c 8. a 9. b 10. d

Penskoran soal pilihan ganda: Jika benar (skor 1)

Jika salah (skor 0)

Total skor 10.

(2) Kunci Jawaban Soal Uraian

Kriteria Jawaban Uraian

Nomor soal	Kriteria	Skor
1	Berdiri berhadapan sejauh 7 meter. Menekuk salah satu kaki (kaki kiri, misalnya) dan menarik kaki kanan ke belakang.	1
	Mengayunkan kaki kanan ke depan. Perkenaan bola tepat pada kaki kanan bagian dalam.	2
	Ikuti ayunan lengan untuk menjaga keseimbangan tubuh. Bola ditendang ke arah pasangan yang berdiri di hadapannya.	1
2	Posisi awal, berjalan dengan mendorong bola.	1
	Sambil berlari melakukan sentuhan bola dengan kaki bagian dalam atau punggung kaki.	2
	Menggiring bola dilakukan untuk melewati pemain lawan atau mendekati daerah pertahanan lawan.	1
3	Posisi awal, berdiri sambil membawa bola. Jika pukulan servis menggunakan tangan kanan, bola dipegang tangan kiri.	1
	Melangkah dan berlari pelan dengan mendorong bola ke atas. Saat bola terlepas, segera lakukan pukulan lengan kanan.	2
	Ayunkan lengan dengan sekuatnya agar bola melewati net.	1
4	Sikap awal berdiri berpasangan dengan teman. Kedua tangan ditekuk sambil memegang bola di depan dada.	1
	<ul style="list-style-type: none"> Jari-jari tangan berada di depan dan ibu jari di belakang bola. Posisi bola di depan dada. Bola didorong dan diarahkan setinggi dada. 	1
	<ul style="list-style-type: none"> Saat bola dilepaskan, berat badan menumpu ke depan. Pasangan akan menangkap operan bola ini dengan kedua tangan. 	1

Nomor soal	Kriteria	Skor
5	Caranya, melangkah diikuti melompat dengan bola dipegang kedua tangan di atas kepala. Ikuti gerakan mendorong bola untuk diarahkan ke ring basket (<i>shooting</i>).	2
	Lepaskan tangan kiri dari bola dan tangan kanan mendorong bola ke arah ring basket. Dengan cara ini, laju bola membentuk parabola.	1
	Posisi akhir, berdiri dan telapak tangan menghadap bawah.	1
Jumlah skor maksimum yang diperoleh		20
Nilai akhir		

Jumlah skor maksimum: 20

Pedoman penilaian lihat halaman 22.

3. Format Penilaian Keterampilan

Penilaian keterampilan untuk menilai kinerja, yaitu penilaian yang menuntut peserta didik mendemonstrasikan kompetensi tertentu dengan tes praktik atau unjuk kerja.

a) Teknik penilaian, yaitu tes praktik.

b) Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

- 1) Lembar penilaian variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.
- 2) Lembar penilaian variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.
- 3) Lembar penilaian variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket.

c) Butir soal keterampilan

- 1) Keterampilan Variasi dan Kombinasi Gerak Locomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Sepak Bola

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		4	3	2	1
1.	Variasi gerak dasar gerak lokomotor dengan kombinasi manipulatif dalam gerakan menendang bola sepak secara berpasangan atau kelompok.				
2.	Variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam gerakan menghentikan bola sepak secara berpasangan atau kelompok.				
3.	Variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam menggiring bola sepak melewati rintangan berpasangan atau kelompok.				
4.	Variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam gerakan menyundul bola sepak secara berpasangan atau kelompok.				
Jumlah skor yang diperoleh					
Nilai akhir					

Indikator capaian kompetensi penilaian:

1. Keterampilan gerak menendang bola.
 - a. Berdiri dan meletakkan bola di depan kaki.
 - b. Melangkah dan berlari sambil mengayun kaki bagian dalam.
 - c. Melangkah dan berlari dengan kaki bagian dalam mengenai bola.
 - d. Melangkah dan berlari sambil menendang bola tepat sasaran.
2. Keterampilan gerak menghentikan bola.
 - a. Berdiri dan menjulurkan kaki sambil menghadap bola.
 - b. Berdiri dan menyentuh kaki ke bola.
 - c. Berdiri dan menarik kaki untuk meredam laju bola.
 - d. Menghentikan bola dengan kaki dalam dan bola tidak terpental.

3. Keterampilan gerak menggiring bola.
 - a. Sikap berdiri dan meletakkan bola di depan kaki.
 - b. Melangkah dan mendorong bola.
 - c. Berlari sambil mendorong bola.
 - d. Berlari dengan menggiring bola zig-zag sejauh 10 meter.
4. Keterampilan gerak menyundul bola.
 - a. Melangkah dan berlari mengarah ke bola.
 - b. Berlari dan melompat menyambut bola.
 - c. Berlari dan melompat dengan menyundul bola.
 - d. Berlari dan melompat dengan menyundul bola ke arah pasangan.

Penskoran:

- skor 4 (jika gerakan benar)
- skor 3 (gerakan mendekati benar)
- skor 2 (gerakan hanya sebagian yang benar)
- skor 1 (gerakan salah)

Skor maksimum = $4 \times 4 = 16$

2) Keterampilan Variasi dan Kombinasi Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Voli

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		4	3	2	1
1.	Variasi gerak dasar gerak lokomotor dengan kombinasi manipulatif dalam servis bawah.				
2.	Variasi gerak dasar gerak lokomotor dengan kombinasi manipulatif dalam servis atas.				
3.	Variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam <i>passing</i> bawah.				
4.	Variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam <i>passing</i> atas.				
Jumlah skor yang diperoleh					
Nilai akhir					

Kriteria penilaian:

1. Keterampilan gerak dalam servis bawah.
 - a. Berdiri sambil membawa bola.
 - b. Melangkah bersiap memantulkan bola dari bawah.
 - c. Melangkah dengan memantulkan bola dari bawah.
 - d. Melangkah dengan memantulkan dan memukul bola bawah.
2. Keterampilan gerak dalam servis atas.
 - a. Berdiri sambil membawa bola.
 - b. Melangkah bersiap memantulkan bola ke atas.
 - c. Melangkah dengan memantulkan bola ke atas.
 - d. Melangkah dengan memantulkan dan memukul bola atas.
3. Keterampilan gerak dalam *passing* bawah.
 - a. Berdiri dan menjulurkan kedua lengan ke depan.
 - b. Menekuk kedua kaki dan menarik kedua lengan ke bawah.
 - c. Mengayunkan kedua lengan dari bawah mengenai bola.
 - d. Mengayunkan kedua lengan untuk memukul bola bawah ke arah pasangan.
4. Keterampilan gerak dalam *passing* atas.
 - a. Berdiri dan menjulurkan kedua lengan ke atas.
 - b. Memosisikan kedua telapak tangan untuk mendorong bola.
 - c. Mendorong kedua lengan ke atas dan telapak tangan mengenai bola.
 - d. Mendorong bola dengan kedua lengan ke atas ke arah pasangan.

Ketentuan penskoran:

- Skor 4, jika melakukan variasi gerak dasar dengan benar sebanyak 8 kali.
- Skor 3, jika melakukan variasi gerak dasar dengan benar sebanyak 6 kali.
- Skor 2, jika melakukan variasi gerak dasar dengan benar sebanyak 4 kali.
- Skor 1, jika melakukan variasi gerak dasar dengan benar sebanyak 2 kali.

Skor maksimum = $4 \times 4 = 16$

3) Keterampilan Variasi dan Kombinasi Gerak Lokomotor, Nonlokomotor, dan Manipulatif dalam Permainan Bola Basket

No.	Nama Peserta Didik	Indikator Capaian Kompetensi Penilaian Variasi Gerak Dasar Nonlokomotor dengan Kombinasi Gerak Dasar Manipulatif dalam Melempar Bola				Jumlah skor	Nilai Akhir
		Gerakan 1	Gerakan 2	Gerakan 3	Gerakan 4		

Kriteria penilaian

1. Gerakan 1, melempar bola dengan berdiri dan mengayun untuk mengoper setinggi dada (chest pass).
 - a. Berdiri dan memegang bola.
 - b. Berdiri dan menekuk tangan di depan dada
 - c. Meluruskan tangan dan melempar bola.
 - d. Melempar bola setinggi dada ke arah pasangan secara tepat.
2. Gerakan 2, melempar bola dengan berdiri dan mengayun untuk mengumpan di atas kepala (overhead passing).
 - a. Berdiri dan memegang bola dengan dua tangan.
 - b. Berdiri dan mengayun tangan di atas kepala dengan dua tangan.
 - c. Mengayunkan tangan dan melempar bola.
 - d. Melempar bola di atas kepala ke arah pasangan secara tepat.
3. Gerakan 3, mengumpan bola memantul ke lantai (bounce pass) dengan berdiri dan mendorong bola.
 - a. Berdiri dan memegang bola dengan dua tangan.
 - b. Berdiri dan mendorong bola dengan dua tangan.
 - c. Mengayunkan tangan dan mendorong bola ke lantai.
 - d. Melempar bola memantul ke lantai ke arah pasangan secara tepat.
4. Gerakan 4, mengumpan bola menggunakan satu tangan di atas kepala (javaline pass) dengan berdiri dan mengayun tangan.
 - a. Berdiri dan memegang bola dengan satu tangan di atas kepala.
 - b. Berdiri dan mendorong bola dengan satu tangan di atas kepala.
 - c. Mengayunkan tangan dan melempar bola satu tangan di atas kepala.
 - d. Melempar bola dengan satu tangan di atas ke arah pasangan secara tepat.

Ketentuan penskoran:

- Skor 4, jika melakukan empat gerakan dengan benar.
- Skor 3, jika hanya melakukan tiga gerakan dengan benar.
- Skor 2, jika hanya melakukan dua gerakan dengan benar.
- Skor 1, jika hanya melakukan satu gerakan dengan benar.

Skor maksimum: $4 \times 4 = 16$. 4) Format penilaian unjuk kerja

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		4	3	2	1
1.	Kemampuan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.				
2.	Kemampuan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.				
3.	Kemampuan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket.				
Jumlah Skor					
Nilai Akhir					

Indikator capaian kompetensi penilaian

1. Keterampilan variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan sepak bola.
 - a. Berlari dan berjalan dengan menendang bola.
 - b. Menekuk dan menarik kaki dengan menghentikan bola.
 - c. Berdiri dan meliukkan badan dengan menghentikan bola menggunakan dada.
 - d. Berjalan dan berlari dengan menggiring bola.
 - e. Berlari dan melompat dengan menyundul bola.
2. Keterampilan variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan bola voli.
 - a. Berjalan dan berlari dengan memukul bola dalam servis bawah.
 - b. Berjalan dan melompat dengan memukul bola dalam servis atas.
 - c. Menekuk kaki dan mengayun lengan dengan memukul bola dalam passing bawah.
 - d. Menekuk kaki dan mengayun lengan dengan memukul bola dalam passing atas.
 - e. Melangkah dan melompat dalam memukul bola (smes).
3. Keterampilan variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan bola basket.
 - a. Berdiri dan menekuk kaki dan lengan dengan kombinasi menangkap bola.
 - b. Berjalan dan berlari dengan menggiring bola menggunakan satu tangan.
 - c. Menembak bola ke ring basket dengan melangkah dan melompat.
 - d. Melakukan lay up shoot dengan melangkah dan melompat
 - e. Melangkah dan melompat dengan kombinasi rebound.

Ketentuan Penskoran:

- Skor 4, jika melakukan lima gerakan dengan benar
- Skor 3, jika hanya melakukan empat gerakan dengan benar
- Skor 2, jika hanya melakukan tiga gerakan dengan benar
- Skor 1, jika hanya melakukan dua gerakan dengan benar

Jumlah skor maksimum: $4 \times 3 = 12$

Pengayaan

Pada kegiatan pembelajaran ini guru menyampaikan materi pengayaan. Materi yang diberikan pada Pelajaran I mengenai dribble tinggi dan dribble rendah, apa bedanya?

Dribble Tinggi dan Dribble Rendah, Apa Bedanya? Dalam permainan bola basket, pemain akan memantul-mantulkan bola (dribbling) dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Gerak dasar ini dapat dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri. Gerak dasar ini terdiri atas dribble rendah dan dribble tinggi.

1. Dribble Rendah

Gerak dasar ini berguna untuk melepaskan diri dari hadangan pemain lawan atau mencoba melewati pertahanan tim lawan. Bola yang dipantulkan akan setinggi lutut dan terlindungi oleh tangan. Gerak dasar ini sangat efektif menjaga bola dari jangkauan pemain lawan. Dengan menerapkan gerak dasar ini, pemain dapat mengubah posisi tangan atau arah bola secara cepat.

2. Dribble Tinggi

Bagaimana dengan gerakan dribble tinggi? Pada gerak dasar ini, bola dipantulkan setinggi pinggang atau bahu. Pemain dalam posisi bebas akan menerapkan gerak dasar ini untuk berjalan sambil memegang bola dengan cepat di lapangan. Saat melakukan gerak dasar ini, pemain mengambil langkah kaki panjang.

Remedial

Remedial diberikan kepada peserta didik yang memiliki nilai di bawah ketuntasan belajar minimum (KBM). Pembelejaran remedial dilakukan agar peserta didik menguasai gerakan yang dianggap sulit. Dalam pembelajaran remedial, guru dapat meminta peserta didik melakukan aktivitas berikut.

1. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam gerakan menendang bola sepak secara berpasangan.
2. Mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam gerakan passing atas dan passing bawah bersama pasangan dalam jarak 7 meter.
3. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam menggiring bola basket melewati rintangan.
4. Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam menembak bola dua tangan ke ring basket.

Interaksi Guru dan Orang Tua

Peserta didik diminta memperlihatkan hasil pekerjaan yang telah dinilai guru kepada orang tua. Orang tua memberikan paraf dan respons atas hasil pekerjaan peserta didik. Orang tua hendaknya menindaklanjuti sesuatu yang menjadi pemahaman, sikap, dan perilaku peserta didik seperti yang ditunjukkan dalam hasil penilaian. Pada pembelajaran variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan bola besar, orang tua dapat menindaklanjuti dengan mengajak peserta didik melakukan gerakan dasar saat pagi hari atau sore hari. Dengan begitu, peserta didik akan terbiasa melatih variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola besar.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SDN Percontohan
Kelas / Semester	: VI (Enam) / I (Ganjil)
Mata Pelajaran	: PJOK
Pelajaran 1	: Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar
Subpelajaran	: Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Basket
Pembelajaran	: 3

A. Kompetensi Dasar (KD)	
3.1	Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.
4.1	Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.
B. Tujuan Pembelajaran	
1.	Dengan tanya jawab dan membaca teks, siswa dapat menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket.
2.	Melalui pengamatan, siswa dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket.
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Orientasi, aperepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai Pancasila dan kejujuran. 	
Kegiatan Inti (55 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Siswa membaca materi variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola basket. Materi ini terdapat pada buku siswa halaman 16. Siswa mengerjakan Kegiatan: Ayo, Menggiring dalam permainan bola basket! Siswa membentuk kelompok yang terdiri atas 4-5 orang. Kelompok berbaris berbanjar ke belakang. Anggota pertama kelompok menggiring bola sejauh 20 meter, kemudian kembali ke barisan kelompok. Bola diberikan kepada anggota kedua. Anggota kedua ini juga melakukan gerakan seperti anggota pertama. Lakukan kegiatan ini secara bergantian sampai waktu yang telah ditentukan guru. Siswa akan melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar nonlokomotor (memutar badan, meliuk, dan mendorong), lokomotor (jalan, lari, dan lompat), serta manipulatif (menangkap, menggiring, memantulkan, dan melempar bola). Siswa diarahkan mempelajari variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam mengoper dan menangkap bola. Siswa diajak mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi manipulatif dalam mengoper dan menangkap bola basket. Siswa mempraktikkan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif (melempar dan menangkap). Siswa membentuk dua kelompok, yaitu kelompok yang melempar (A) dan kelompok (B) yang menembak (bola) Setiap anggota kelompok berbaris berbanjar ke belakang. Kelompok A menghadap ring dan kelompok B membelakangi ring. Kelompok A mengoper bola kepada kelompok B. Selanjutnya, kelompok B menangkap bola, memutar badan hingga menghadap ring dan menembak bola. Selanjutnya, bola yang jatuh dan dioperkan kepada kelompok A. Siswa mempraktikkan latihan ini berulang-ulang dengan tanggung jawab. Siswa bergantian peran sebagai kelompok yang melempar dan kelompok yang menembak bola. Siswa mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam menggiring bola. Siswa melakukan praktik ini dengan tanggung jawab. Jika tidak memungkinkan, pembelajaran ini dapat menggunakan model pembelajaran resiprokal (umpan balik). Siswa melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot-otot. 	
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama 	
D. Penilaian	
1.	Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.
2.	Penilaian keterampilan : tes praktik

Makassar, 2023

Mengetahui:
Kepala SDN Percontohan,

Guru Mata Pelajaran PJOK,

BAHSYAM BAHARUDDIN, S.Pd., M.M.**ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.**
NIP. 199008102015021002

**TERBARU RPP 1 LEMBAR PTM REVISI 2020
FILE LENGKAP RPP PJOK KELAS 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6
SEMESTER I & II (GANJIL & GENAP) BESERTA KELENGKAPAN
ADMINISTRASI GURU LAINNYA DALAM BENTUK *WORD/DOC***

**FILE SAYA EDITKAN SESUAI DATA GURU
DALAM BENTUK *WORD/DOC* SIAP *PRINT OUT***

WA : 0823 1223 7773

Klik WhatsApp : bit.ly/3fTFyxJ

0823 1223 7773

PERANGKAT PEMBELAJARAN K13 REVISI 2020

EDARAN MENDIKBUD NO. 14 THN 2019 (1 LEMBAR)

PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

**SEMESTER GANJIL-GENAP
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

1. RPP PAIdBP KELAS 1 s.d 6
2. RUBRIK PENILAIAN RPP KELAS 1 s.d 6
3. SILABUS KELAS 1 s.d 6
4. KKM KELAS 1 s.d 6
5. PEMETAAN KD KELAS 1 s.d 6
6. PROGRAM SEMESTER KELAS 1 s.d 6
7. PROGRAM TAHUNAN KELAS 1 s.d 6
8. JURNAL HARIAN KELAS 1 s.d 6
9. APLIKASI RAPORT KELAS 1 s.d 6



0823 1223 7773

SILABUS PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
Kelas / Semester : VI (Enam) / I (Ganjil)
Tahun Pelajaran : 2022/2023

Kompetensi Inti

- KI. 1 Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.
- KI. 2 Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru dan tetangga.
- KI. 3 Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah.
- KI. 4 Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
3.1 4.1	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola. 2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.	Pelajaran 1 Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar Pembelajaran 1 Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Sepak Bola	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa menyimak pemaparan guru mengenai variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola. • Siswa diajak mengidentifikasi perlengkapan dalam bermain sepak bola dan perlengkapan keamanan. Siswa dapat menanya pentingnya perlengkapan sepak bola. • Siswa diajarkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan sepak bola. • Guru dan siswa memperagakan variasi berjalan dan berlari dengan menendang bola. • Guru dan siswa memperagakan variasi berlari dan melompat dengan menendang bola ke arah gawang (shooting). • Siswa diberi penjelasan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi manipulatif dalam permainan sepak bola. • Siswa (model) dan guru memperagakan variasi gerak dasar nonlokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam menghentikan bola. • Siswa diarahkan mengerjakan Unjuk Kemampuan: Ayo, Mempraktikkan Variasi Gerak Dasar Locomotor dengan Kombinasi Menendang dan Menghentikan Bola! 	<ul style="list-style-type: none"> •Religius •Nasionalis •Mandiri •Gotong Royong •Integritas •Anti korupsi 	Sikap: <ul style="list-style-type: none"> • Jujur • Sopan • Disiplin • Tanggung Jawab • Santun • Peduli • Percaya diri • Kerja Sama • Toleransi • Demokratis • Kreatif Jurnal: <ul style="list-style-type: none"> • Catatan pendidik tentang sikap siswa saat di 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Buku Guru • Buku Siswa • Buku lain yang relevan • Media yang relevan • Alat peraga olahraga & kesehatan • Lingkungan sekitar

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
3.1 4.1	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli. 2. Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.	Pelajaran 1 Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar Pembelajaran 2 Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli	<ul style="list-style-type: none"> Siswa melakukan pendinginan Siswa menyimpulkan materi yang dipelajari. Siswa membaca materi variasi dan kombinasi gerak dalam permainan bola voli Siswa mencari informasi dan gambar atlet bola voli Indonesia bersama kelompoknya. Informasi meliputi riwayat singkat dan prestasi atlet pada Asian Games 2018. Siswa mencatat informasi yang ditemukan dalam laporan tertulis. Siswa berdiskusi mengenai variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli. Siswa mengamati peragaan guru dan siswa (model) dalam melakukan gerakan berikut. Siswa mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam servis sesuai petunjuk rubrik Ayo, Lakukan (pada buku siswa halaman 13). Siswa mengerjakan Unjuk Kemampuan: Bermain Bola Voli Mini pada buku siswa halaman 15. Pada pembelajaran ini, guru dapat menerapkan metode pembelajaran simulasi. Siswa melakukan kegiatan pendinginan untuk melemaskan otot. 	<ul style="list-style-type: none"> Religius Nasionalis Mandiri Gotong Royong Integritas Anti korupsi 	sekolah maupun informasi dari orang lain <ul style="list-style-type: none"> Penilaian Diri: Daftar cek tentang sikap siswa saat di rumah, dan di sekolah Pengetahuan Keterampilan Pengayaan Remedial Interaksi Guru dan Orang Tua 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> Buku Guru Buku Siswa Buku lain yang relevan Media yang relevan Alat peraga olahraga & kesehatan Lingkungan sekitar

PEMETAAN KI & KD PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : VI (Enam) / I (Ganjil)
 Tahun Pelajaran : 2022/2023

Pembelajaran		Kompetensi Inti (KI)	Kompetensi Dasar (KD)
1.	Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Sepak Bola	KI – 1 ; KI – 2	3.1
		KI – 3 ; KI – 4	4.1
2.	Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli	KI – 1 ; KI – 2	3.1
		KI – 3 ; KI – 4	4.1
3.	Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Basket	KI – 1 ; KI – 2	3.1
		KI – 3 ; KI – 4	4.1
4.	Variasi Gerak Dasar Lokomotor Dengan Kombinasi Gerak Dasar Manipulatif Dalam Permainan Bola Basket	KI – 1 ; KI – 2	3.1
		KI – 3 ; KI – 4	4.1

**JURNAL HARIAN
 PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN**

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : VI (Enam) / I (Ganjil)
 Tahun Pelajaran : 2022/2023

Pelajaran 1 : Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 1

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.1 4.1	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola. 2. mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan sepak bola.	Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Sepak Bola	1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 3. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 2

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.1 4.1	1. Menjelaskan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli. 2. mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif dalam permainan bola voli.	Variasi Dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Voli	1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan 3. Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 4. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



REVISI 2020

TAPEL
2022/2023

ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199008102015021002

KELAS VI (ENAM)
SEMESTER GENAP

PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA & KESEHATAN

SDN PERCONTOHAN
KOTA MAKASSAR

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : VI (Enam) / II (Genap)
 Mata Pelajaran : PJOK
 Pelajaran 6 : Gerak Dominan dalam Senam Lantai
 Subpelajaran : Gerak Guling dalam Senam Lantai
 Pembelajaran : 1

A. Kompetensi Dasar (KD)	
	<p>3.6 Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam.</p> <p>4.6 Mempraktikkan rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, ber gantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam.</p>
B. Tujuan Pembelajaran	
	<p>1. Dengan tanya jawab dan membaca teks, siswa dapat menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.</p> <p>2. Melalui pengamatan, siswa dapat mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.</p>
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Orientasi, apersepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai anti korupsi 	
Kegiatan Inti (55 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengamati gambar pada buku siswa halaman 128. Siswa diarahkan mencari informasi mengenai gerakan berguling ke depan. Siswa dapat mencari informasi dari buku referensi atau internet. Siswa melakukan tanya jawab mengenai gerakan berguling. • Siswa melakukan Kegiatan: Ayo, Menonton Video pada buku siswa halaman 119. • Siswa diarahkan membahas materi rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Siswa membahas berguling ke depan. Pada pembelajaran ini guru dapat menerapkan model reading guide. Langkah-langkahnya sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> (1) Siswa menanya gerakan guling ke depan. Misalnya, bagaimana cara melakukan gerakan guling ke depan? (2) Siswa mengeksplorasi pengetahuan dengan mengumpul kan informasi gerakan guling ke depan Siswa membaca teks berguling ke depan. (3) Siswa mengasosiasi informasi yang ditemukan. Siswa berdiskusi dengan teman tentang gerakan guling ke depan dengan awalan berdiri. (4) Siswa mengomunikasikan hasil diskusinya kepada teman lain dan guru secara santun. Siswa hendaknya saling menghargai pendapat. • Siswa mempraktikkan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Pada pembelajaran ini guru dapat menerapkan model pembelajaran resiprokal (umpan balik). Langkah-langkahnya sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> (1) Siswa mendengarkan penjelasan guru mengenai langkah-langkah melakukan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. (2) Siswa mengamati guru dalam memperagakan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Peserta menanya gerakan yang masih sulit dilakukan. (3) Siswa mengerjakan Ayo, Lakukan pada buku siswa halaman 121. • Siswa melakukan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Siswa menyiapkan matras. • Siswa mengemukakan hasil pengamatannya kepada guru secara santun. • Siswa melakukan pendinginan 	
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama 	
D. Penilaian	
	<p>1. Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.</p> <p>2. Penilaian keterampilan : tes praktik</p>

Mengetahui:
Kepala SDN Percontohan,

Makassar, 2023
Guru Mata Pelajaran PJOK,

BAHSYAM BAHARUDDIN, S.Pd., M.M.
NIP. 196712311988031001

ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199008102015021002

RUBRIK PENILAIAN

Kelas / Semester	: VI (Enam) / II (Genap)
Mata Pembelajaran	: PJOK
Pelajaran 6	: Gerak Dominan dalam Senam Lantai
Pembelajaran	: 1 – 2 – 3 – 4

Penilaian/Evaluasi

Pada pembelajaran ini, guru melakukan penilaian sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Penilaian sikap terkait perilaku peserta didik selama pembelajaran. Penilaian pengetahuan terkait aspek kognitif, sedangkan penilaian keterampilan berkaitan dengan aspek psikomotor.

1. Format Penilaian Sikap Spiritual dan Sikap Sosial

- Teknik penilaian, yaitu pengamatan.
- Instrumen penilaian, yaitu jurnal.
- Contoh jurnal penilaian sikap spiritual dan sikap sosial.

Butir nilai sikap spiritual : berdoa

Butir nilai sikap sosial : kerja sama, tanggung jawab, percaya diri, disiplin, kejujuran, menghargai pendapat orang lain, dan toleransi. Format jurnal penilaian lihat halaman 19.

2. Format Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan.

- Teknik penilaian, yaitu tertulis.
- Instrumen penilaian, yaitu soal pilihan ganda (10 butir) dan uraian (5 butir).
- Kunci jawaban

(1) Kunci Jawaban Pilihan Ganda

- a 6. c
- a 7. d
- d 8. c
- b 9. b
- b 10. a

Penskoran soal pilihan ganda:

Jika benar (skor 1)

Jika salah (skor 0)

Total skor 10

2) Kunci Jawaban Soal Uraian

Kriteria Jawaban Uraian

Nomor soal	Kriteria	Skor
1	Guling depan merupakan gerakan badan berguling ke depan melalui bagian (tengkuk), pinggul, pinggang, dan panggul bagian belakang.	2
	Gerakan ini membutuhkan kelenturan otot, kekuatan otot, daya tahan tubuh, keseimbangan, dan kecepatan.	2
2	Posisi lengan saat awalan dalam gerakan guling ke depan ialah bertumpu pada matras.	2
	Kedua tangan bertumpu pada matras dengan lengan ditekuk sebagai awalan.	2
3	a. Sikap awal, lakukan sikap jongkok membelakangi arah gerakan (matras). Kedua tangan di samping kepala, sejajar telinga dengan telapak tangan menghadap atas. Dagu rapat di dada.	1
	b. Jatuhkan pantat di matras, diikuti gerakan berguling ke belakang hingga kedua lutut dan telapak tangan menempel matras.	1
	c. Gerakkan kaki ke belakang hingga kedua telapak kaki menyentuh matras. Lakukan dorongan hingga telapak tangan kembali ke posisi jongkok.	1

	d. Setelah posisi seimbang, posisi akhir adalah berdiri dengan pandangan lurus ke depan.	1
4	a. Pada saat kedua kaki dilecutkan, kedua lutut bengkok.	1
	b. Kedua kaki terbuka atau tidak rapat.	1
	c. Badan kurang melenting atau terlalu melenting (membusur).	1
	d. Tolakan tangan kurang kuat.	1
5	a. Sikap awal, posisi jongkok dengan kedua kaki rapat dan letakkan lutut ke dada. Bersiap melakukan gerakan guling ke depan.	1
Nomor soal	Kriteria	Skor
	b. Saat panggul menyentuh matras, pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok. Lakukan gerakan guling ke belakang. c. Kedua tangan di depan dan kaki rapat. Kepala ditundukkan, kemudian kaki menolak ke belakang.	1
	d. Saat panggul mengenai matras, kedua tangan dilipat ke samping telinga dan telapak tangan menghadap bagian bawah. e. Kaki diayunkan ke belakang melewati kepala diikuti tolakan tangan.	1
	f. Kaki dilipat sampai ujung kaki mendarat di matras dan posisi akhir sikap jongkok.	1
Jumlah skor maksimum yang diperoleh		20
Nilai akhir		

Jumlah skor maksimum: 20 Pedoman penilaian lihat halaman 22.

3. Format Penilaian Keterampilan

Penilaian kompetensi keterampilan dapat dilakukan melalui penilaian kinerja, yaitu penilaian yang menuntut peserta didik mendemonstrasikan kompetensi tertentu dengan menggunakan tes praktik atau unjuk kerja. Berikut contoh bentuk format penilaian keterampilan.

a. Guling depan

No	Nama Peserta Didik	Indikator Capaian Kompetensi Penilaian Gerak Guling Depan			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian:

1) Sikap awal

- (1) Berdiri tegak.
- (2) Pandangan mengarah ke depan.
- (3) Kedua tangan di samping badan.

Penskoran

- Skor 3 jika melakukan 3 kriteria.
- Skor 2 jika melakukan 2 kriteria.
- Skor 1 jika melakukan 1 kriteria.

Pelaksanaan:

- (1) Kedua tangan bertumpu ke matras.
- (2) Kaki di tekuk sambil mendorong badan ke depan.
- (3) Berputar dengan cara berguling ke depan di atas matras.
- (4) Mendarat dengan kedua kaki menjadi tumpuan.

Penskoran

- Skor 4 jika melakukan 4 kriteria
- Skor 3 jika melakukan 3 kriteria

- Skor 2 jika melakukan 2 kriteria
- Skor 1 jika melakukan 1 kriteria

2) Sikap akhir

- (1) Berjongkok dengan kedua kaki.
- (2) Kedua tangan diluruskan ke depan.
- (3) Kemudian, berdiri dengan posisi tegak.

Penskoran: Skor 3 jika melakukan 3 kriteria.
 Skor 2 jika melakukan 2 kriteria.
 Skor 1 jika melakukan 1 kriteria.

a. Guling belakang

No	Nama Peserta Didik	Indikator Capaian Kompetensi Penilaian Gerak Guling Belakang			Total Skor
		Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	

Kriteria penilaian:

1) Sikap awal

- (1) Berdiri tegak.
- (2) Posisi tubuh membelakangi matras.
- (3) Kedua tangan berada di samping badan.

Penskoran: • Skor 3 jika melakukan 3 kriteria.
 • Skor 2 jika melakukan 2 kriteria.
 • Skor 1 jika melakukan 1 kriteria.

Pelaksanaan:

- (1) Kedua kaki ditekuk.
- (2) Kedua tangan diangkat di samping telinga.
- (3) Badan didorong ke belakang.
- (4) Putar badan dengan bertumpu pada punggung.
- (5) Berguling ke belakang sampai kedua tangan menyentuh matras.
- (6) Saat tangan menyentuh matras, dorong badan sampai ke posisi jongkok.

Penskoran • Skor 4 jika melakukan 5-6 kriteria.
 • Skor 3 jika melakukan 3-4 kriteria.
 • Skor 2 jika melakukan 2 kriteria.
 • Skor 1 jika melakukan 1 kriteria.

2) Sikap akhir

- (1) Berjongkok dengan seimbang.
- (2) Kedua tangan diluruskan ke depan.
- (3) Kemudian, berdiri dengan tegak dan kedua tangan diletakkan di samping badan.

Penskoran • Skor 3 jika melakukan 3 kriteria.
 • Skor 2 jika melakukan 2 kriteria.
 • Skor 1 jika melakukan 1 kriteria.

3) Nilai akhir Nilai Akhir = $\frac{\text{guling depan} + \text{guling belakang}}{\text{skor maksimum}} \times 100$

Pengayaan

Pada pembelajaran ini guru menyampaikan pembelajaran pengayaan berupa materi pengayaan dan tes keterampilan. Materi pengayaan yang diberikan pada Pelajaran VI mengenai langkahlankah keselamatan dalam senam lantai.

Langkah-Langkah Keselamatan dalam Senam Lantai Dalam mempraktikkan gerakan senam lantai, sebaiknya seorang pesenam memperhatikan faktor keamanan dan keselamatan. Sikap ini diperlukan untuk menghindari cedera. Adapun langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menghindari cedera sebagai berikut.

1. Gunakan matras sebagai alas.
2. Pastikan daerah di sekitar matras aman dari segala benda-benda yang membahayakan.
3. Letakkan matras di tanah atau lantai yang rata.
4. Lakukan pemanasan sebelum melakukan gerakan senam.

Pada pembelajaran pengayaan, guru meminta peserta didik untuk unjuk kerja seperti berikut.

1. Mempraktikkan rangkaian guling ke depan dan guling ke belakang dengan kombinasi guling lenting.
2. Mempraktikkan gerakan melompat dengan kombinasi rangkaian guling ke depan dan guling ke belakang.

Remedial

Remedial diberikan kepada peserta didik yang memiliki nilai di bawah ketuntasan belajar minimum (KBM). Remedial penting dilakukan agar peserta didik menguasai gerakan yang sebelumnya mereka anggap sulit. Guru memanggil peserta didik yang memiliki nilai di bawah rata-rata. Peserta didik diminta mempraktikkan rangkaian gerak dominan dalam senam lantai yang dianggap sulit. Guru membenarkan gerakan peserta didik tersebut sampai bisa melakukan gerakan dengan benar. Adapun bentuk remedial sebagai berikut.

1. Mempraktikkan rangkaian gerak guling ke depan dan guling ke belakang.
2. Mempraktikkan rangkaian gerak guling ke depan dan guling lenting.

Interaksi Guru dan Orang Tua

Guru meminta peserta didik memperlihatkan hasil pekerjaan yang telah dinilai guru kepada orang tua. Orang tua memberikan paraf dan respons atas hasil pekerjaan peserta didik. Orang tua hendaknya menindaklanjuti sesuatu yang menjadi pemahaman, sikap, dan perilaku peserta didik seperti yang ditunjukkan dalam hasil penilaian. Ketika di rumah, orang tua sebaiknya mendampingi peserta didik dalam mengakses internet agar tidak membuka situs-situs terlarang. Selain itu, orang tua dapat mengawasi peserta didik saat melakukan gerakan dominan dalam senam lantai untuk menghindari cedera.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
Kelas / Semester : VI (Enam) / II (Genap)
Mata Pelajaran : PJOK
Pelajaran 9 : Pemeliharaan Kebersihan Alat Reproduksi
Subpelajaran : Perlunya Memelihara Alat Reproduksi
Pembelajaran : 11

A. Kompetensi Dasar (KD)	
	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi. 4.9 Memaparkan perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.
B. Tujuan Pembelajaran	
	1. Dengan tanya jawab, siswa dapat menjelaskan perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi. 2. Dengan berdiskusi, siswa dapat menjelaskan cara pemeliharaan kebersihan alat reproduksi. 3. Melalui pengamatan, siswa dapat mengidentifikasi perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi. 4. Melalui pengamatan, siswa dapat mengidentifikasi cara pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.
C. Kegiatan Pembelajaran	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Orientasi, aperepsi dan motivasi siswa serta penanaman nilai-nilai anti korupsi 	
Kegiatan Inti (55 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mengamati Gambar 9.1 pada buku siswa halaman 169. Siswa mencari informasi mengenai perlunya memelihara alat reproduksi. Siswa mencari informasi dari buku referensi atau internet. • Siswa melakukan Kegiatan: Bermain Tebak Kartu pada buku siswa halaman 171. <ol style="list-style-type: none"> (1) Siswa membentuk dua kelompok. Setiap kelompok menyiapkan kertas berukuran 10 x 10 cm. Anggota kelompok satu menuliskan satu nama bagian tubuh. Anggota kelompok dua menuliskan fungsi bagian tubuh. (2) Anggota kelompok satu menempel kertas nama bagian tubuh di papan tulis. Anggota kelompok satu membaca teks pada kartu. (3) Anggota kelompok dua menjawab pertanyaan tersebut. Kartu jawaban ditempel di dekat kartu pertanyaan. Siswa melakukan kegiatan dengan jujur dan sportif. • Siswa membahas materi perlunya memelihara alat reproduksi. Pada pembelajaran ini, guru dapat menerapkan model problem based learning. Langkah-langkahnya sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> (1) Siswa merumuskan masalah terkait perlunya memelihara kebersihan alat reproduksi. (2) Siswa mengeksplorasi pengetahuannya dengan mencari informasi mengenai manfaat dan tujuan memelihara alat reproduksi. Siswa juga mencari informasi tambahan dari sumber referensi lain. (3) Siswa mengasosiasi informasi yang ditemukan. Siswa berdiskusi dengan teman terkait pertanyaan tersebut. (4) Siswa mengemukakan hasil diskusinya kepada teman lain dan guru secara santun. Siswa harus saling menghargai pendapat dalam diskusi. (5) Siswa mendengarkan pemaparan guru mengenai materi perlunya memelihara kebersihan alat reproduksi. • Siswa mengerjakan Unjuk Kemampuan: Cara Memelihara Kebersihan Alat Reproduksi • Langkah-langkah pembelajarannya sebagai berikut. <ol style="list-style-type: none"> (1) Siswa menganalisis cara menjaga kebersihan tubuh dan alat reproduksi. Siswa dapat menyesuaikan dengan pengalamannya sehari-hari. (2) Untuk mendukung analisisnya, siswa mencari sumber referensi. Siswa menuliskan hasil analisis pada kertas folio, kemudian mengumpulkannya kepada guru. (3) Hasil analisis bersama dikemukakan kepada teman dan guru secara santun. Guru menilai setiap tahap yang dilakukan siswa. 	
Kegiatan Penutup (5 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan refleksi, menyimpulkan kegiatan pembelajaran dan ditutup dengan doa bersama 	
D. Penilaian	
	1. Penilaian pengetahuan meliputi tes lisan, tes tertulis, dan penugasan. 2. Penilaian keterampilan : tes praktik

Mengetahui:
Kepala SDN Percontohan,

Makassar, 2023
Guru Mata Pelajaran PJOK,

BAHSYAM BAHARUDDIN, S.Pd., M.M.
NIP. 196712311988031001

ARIS ARMIANTO, S.Pd., M.Pd., Gr.
NIP. 199008102015021002

**TERBARU RPP 1 LEMBAR PTM REVISI 2020
FILE LENGKAP RPP PJOK KELAS 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6
SEMESTER I & II (GANJIL & GENAP) BESERTA KELENGKAPAN
ADMINISTRASI GURU LAINNYA DALAM BENTUK *WORD/DOC***

**FILE SAYA EDITKAN SESUAI DATA GURU
DALAM BENTUK *WORD/DOC* SIAP *PRINT OUT***

WA : 0823 1223 7773

Klik WhatsApp : bit.ly/3fTFyxJ

0823 1223 7773

PERANGKAT PEMBELAJARAN K13 REVISI 2020

EDARAN MENDIKBUD NO. 14 THN 2019 (1 LEMBAR)

PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA KESEHATAN

**SEMESTER GANJIL-GENAP
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

1. RPP PAIdBP KELAS 1 s.d 6
2. RUBRIK PENILAIAN RPP KELAS 1 s.d 6
3. SILABUS KELAS 1 s.d 6
4. KKM KELAS 1 s.d 6
5. PEMETAAN KD KELAS 1 s.d 6
6. PROGRAM SEMESTER KELAS 1 s.d 6
7. PROGRAM TAHUNAN KELAS 1 s.d 6
8. JURNAL HARIAN KELAS 1 s.d 6
9. APLIKASI RAPORT KELAS 1 s.d 6



0823 1223 7773

SILABUS PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
Kelas / Semester : VI (Enam) / II (Genap)
Tahun Pelajaran : 2022 / 2023

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
3.6 4.6	1. Menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. 2. Mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.	Pelajaran 6 Gerak Dominan dalam Senam Lantai Pembelajaran 1 Gerak guling dalam senam lantai.	<ul style="list-style-type: none"> Siswa mengamati gambar pada buku siswa halaman 128. Siswa diarahkan mencari informasi mengenai gerakan berguling ke depan. Siswa melakukan Kegiatan: Ayo, Menonton Video pada buku siswa halaman 119. Siswa diarahkan membahas materi rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Siswa membahas berguling ke depan. Siswa mempraktikkan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Pada pembelajaran ini guru dapat menerapkan model pembelajaran resiprokal (umpan balik). Siswa melakukan rangkaian gerak dominan, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. Siswa menyiapkan matras. Siswa melakukan pendinginan 	<ul style="list-style-type: none"> Religius Nasionalis Mandiri Gotong Royong Integritas Anti korupsi 	Sikap: <ul style="list-style-type: none"> Jujur Sopan Disiplin Tanggung Jawab Santun Peduli Percaya diri Kerja Sama Toleransi Demokratis Kreatif 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> Buku Guru Buku Siswa Buku lain yang relevan Media yang relevan Alat peraga olahraga & kesehatan Lingkungan sekitar
3.6 4.6	1. Menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang. 2. Mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang.	Pelajaran 6 Gerak Dominan dalam Senam Lantai Pembelajaran 2 Rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang.	<ul style="list-style-type: none"> Siswa membaca materi rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang. Siswa diajak tanya jawab mengenai rangkaian gerakan berguling ke belakang. Siswa membaca Tahukah Kamu: Manfaat Senam Lantai pada buku siswa halaman 125. Siswa diarahkan mempraktikkan gerakan berguling ke belakang. Pada pembelajaran ini, guru dapat menerapkan model resiprokal. Siswa diarahkan mempraktikkan rangkaian gerak deominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendara guling lenting. Siswa menirukan gerakan guru dengan mengerjakan Ayo, Lakukan pada buku siswa halaman 125. Siswa diarahkan mengerjakan Unjuk Kemampuan: Mempraktikkan Gerakan Guling ke Depan dan Guling ke Belakang pada buku siswa halaman 123. Siswa melakukan pendinginan 	<ul style="list-style-type: none"> Religius Nasionalis Mandiri Gotong Royong Integritas Anti korupsi 	Jurnal: <ul style="list-style-type: none"> Catatan pendidik tentang sikap siswa saat di sekolah maupun informasi dari orang lain Penilaian Diri: Daftar cek tentang sikap siswa saat di rumah, dan di sekolah 	2 JP	<ul style="list-style-type: none"> Buku Guru Buku Siswa Buku lain yang relevan Media yang relevan Alat peraga olahraga & kesehatan Lingkungan sekitar

KD	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	PPK	Penilaian	AW	Sumber Belajar
					<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan • Keterampilan • Pengayaan • Remedial • Interaksi Guru dan Orang Tua 		

PEMETAAN KI & KD PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : VI (Enam) / II (Genap)
 Tahun Pelajaran : 2022 / 2023

Pembelajaran		Kompetensi Inti (KI)	Kompetensi Dasar (KD)
1	Gerak guling dalam senam lantai.	KI – 1 ; KI – 2	3.6
		KI – 3 ; KI – 4	4.6
2	Rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang.	KI – 1 ; KI – 2	3.6
		KI – 3 ; KI – 4	4.6
3	Rangkaian gerak senam lantai.	KI – 1 ; KI – 2	3.6
		KI – 3 ; KI – 4	4.6
4	Rangkaian gerak senam lantai.	KI – 1 ; KI – 2	3.6
		KI – 3 ; KI – 4	4.6

JURNAL HARIAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN
 Satuan Pendidikan : SDN Percontohan
 Kelas / Semester : VI (Enam) / II (Genap)
 Tahun Pelajaran : 2022 / 2023

Pelajaran 6 : Gerak Dominan dalam Senam Lantai

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 1

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.6 4.6	1. Menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan. 2. Mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke depan.	Gerak guling dalam senam lantai	4. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 5. Penilaian Keterampilan Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 6. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

Hari / Tanggal :
 Alokasi Waktu : 1 x Pembelajaran
 Pembelajaran : 2

KD	Indikator Pencapaian Kompetensi	Materi Pokok	Penilaian
3.6 4.6	1. Menjelaskan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang. 2. Mempraktikkan rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang.	Rangkaian gerak dominan, bertumpu, tolakan, putaran, dan mendarat pada guling ke belakang.	1. Penilaian Pengetahuan yaitu tes tertulis. 2. Penilaian Keterampilan Teknik penilaian, yaitu tes praktik. 3. Instrumen penilaian, yaitu lembar pengamatan keterampilan.

**TERBARU RPP 1 LEMBAR PTM REVISI 2020
FILE LENGKAP RPP PJOK KELAS 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6
SEMESTER I & II (GANJIL & GENAP) BESERTA KELENGKAPAN
ADMINISTRASI GURU LAINNYA DALAM BENTUK *WORD/DOC***

**FILE SAYA EDITKAN SESUAI DATA GURU
DALAM BENTUK *WORD/DOC* SIAP *PRINT OUT***

WA : 0823 1223 7773

Klik WhatsApp : bit.ly/3fTFyxJ

0823 1223 7773

PERANGKAT PEMBELAJARAN K13 REVISI 2020

EDARAN MENDIKBUD NO. 14 THN 2019 (1 LEMBAR)

PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN

**SEMESTER GANJIL-GENAP
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

1. RPP PAIdBP KELAS 1 s.d 6
2. RUBRIK PENILAIAN RPP KELAS 1 s.d 6
3. SILABUS KELAS 1 s.d 6
4. KKM KELAS 1 s.d 6
5. PEMETAAN KD KELAS 1 s.d 6
6. PROGRAM SEMESTER KELAS 1 s.d 6
7. PROGRAM TAHUNAN KELAS 1 s.d 6
8. JURNAL HARIAN KELAS 1 s.d 6
9. APLIKASI RAPORT KELAS 1 s.d 6



0823 1223 7773