

RENCANA PEMBELAJARAN MENDALAM KURIKULUM MERDEKA

Nama Penyusun : _____
NIP : _____
Nama Sekolah : _____
Mata pelajaran : _____
Fase, Kelas / Semester : _____
Tahun Ajaran : _____

A. IDENTITAS	
Nama Penyusun	:
Sekolah / Madrasah	:
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (Lima) / I (Ganjil)
Alokasi Waktu	: 8 JP (@ 35 Menit)
Bab /Tema	: 1 / Permainan Sepak Bola
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu mempraktikkan keterampilan dasar permainan sepak bola, seperti menggiring bola, mengoper, menendang, dan mengontrol bola dengan teknik yang benar. ▪ Siswa mampu bekerja sama dengan teman satu tim dalam permainan sepak bola untuk mencapai tujuan bersama, seperti mencetak gol dan mempertahankan daerah dari serangan lawan.	
2. DIMENSI PROFIL LULUSAN	
1. ☐ Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan YME 2. ☐ Kewargaan 3. ☐ Penalaran Kritis 4. ☐ Kreativitas 5. ☐ Kolaborasi 6. ☐ Kemandirian 7. ☐ Kesehatan 8. ☐ Komunikasi	
C. DESAIN PEMBELAJARAN	
1. TUJUAN PEMBELAJARAN	
▪ Siswa dapat mempraktikkan keterampilan dasar sepak bola, seperti menggiring bola, mengoper, menendang, dan mengontrol bola. ▪ Siswa dapat bekerja sama dengan teman-teman dalam tim untuk mencapai tujuan bersama, seperti mencetak gol dan bertahan dari serangan lawan.	
2. PRAKTIK PEDAGOGIK	
▪ Pendekatan Pembelajaran Mendalam (sadar, bermakna, penuh kebahagiaan) ▪ Ceramah, tanya jawab, diskusi, dan berkelompok. ▪ Metode PJBL	
3. MITRA PEMBELAJARAN	
▪ Warga lingkungan sekolah/madrasah ▪ Komunitas Bahasa Indonesia	
4. LINGKUNGAN PEMBELAJARAN	
▪ Pembelajaran dapat memanfaatkan lingkungan sekolah/madrasah sebagai ruang fisik. ▪ Penggunaan platform online / digital untuk menambah wawasan siswa dan melatih literasi digital. ▪ Budaya belajar yang mendorong partisipasi aktif siswa, serta menumbuhkan rasa ingin tahu melalui diskusi, kerja tim, maupun kolaborasi.	
D. PENGALAMAN BELAJAR	
1. PEMAHAMAN BERMAKNA	
▪ Ukuran Lapangan Sepak Bola. ▪ Menggiring Bola (Dribbling). ▪ Mengoper Bola (Passing). ▪ Menendang Bola (Shooting)	

2. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan Pembukaan:

1. Mengucapkan salam
2. Berdoa menurut keyakinan masing-masing
3. Mengecek kehadiran
4. Pembiasaan
5. **Apersepsi:** Guru menanyakan kepada siswa, “Anak-anak, siapa di antara kalian yang pernah bermain sepak bola di lapangan atau halaman rumah?” dan guru memperkenalkan permainan sepak bola.
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar lebih dalam tentang keterampilan dasar dalam permainan sepak bola, seperti menggiring bola, menendang, dan bekerja sama dengan teman satu tim.

Kegiatan Inti

1. **Ayo Telaah Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mengamati (halaman 1)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.
2. **Ayo Eksplorasi Pembelajaran Bermakna**
 - Guru menjelaskan ukuran lapangan sepak bola.
 - Siswa diminta untuk mengamati dan memperhatikan penjelasan guru.
 - A. Menggiring Bola (Dribbling) (halaman 3)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara menggiring bola (dribbling).
 - Guru menjelaskan dan mencontohkan cara menggiring bola (dribbling).
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan contoh cara menggiring bola (dribbling).
 - B. Mengoper Bola (Passing) (halaman 4)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara menggiring bola (passing).
 - Guru menjelaskan dan mencontohkan cara menggiring bola (passing).
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan contoh cara menggiring bola (passing).
 - C. Menendang Bola (Shooting) (halaman 5)**
 - Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi cara menendang bola (shooting).
 - Guru diminta untuk menjelaskan dan mencontohkan cara menendang bola (shooting).
 - Siswa diminta untuk mempraktikkan menendang bola.
 - Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan.
3. **Ayo Rumuskan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 7)
 - Siswa diminta untuk membuat kelompok kecil yang terdiri dari 4-5 orang, diskusikan tugas yang ada, lakukan dengan penuh semangat dan saling mendukung.
4. **Ayo Presentasikan Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 8)
 - Siswa diminta untuk mempresentasikan di depan kelas hasil dari tabel yang sudah dikerjakan. berikan tanggapan terhadap presentasi teman.
5. **Ayo Aplikasikan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 9)
 - Siswa diminta untuk mendiskusikan soal yang ada bersama kelompok.

6. Duniyawiyah (halaman 10) **Mindfull Learning**
 - Guru menanya siswa kegiatan apa yang kamu lakukan sebagai bentuk rasa syukur kepada allah atas kesehatan dan kemampuan yang diberikan-nya.
 - Siswa diminta untuk menuliskan pada kolom kegiatan.
7. Ukhrwiyah (halaman 10) **Mindfull & Meaningful Learning**
 - Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
 - Apa yang kamu ketahui tentang permainan sepak bola?
 - Apakah kamu pernah berlatih menggiring, menendang, atau mengoper bola sebelumnya?
 - Mengapa kerja sama tim penting dalam permainan sepak bola?
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
- Indikator: Mempraktikkan keterampilan dasar sepak bola (menggiring, mengoper, menendang, dan mengontrol bola) dengan teknik yang benar dalam situasi permainan sederhana.

No	Nama	Aspek									Rata-rata
		Kelancaran			Ketuntasan			Pelafalan			
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.											
2.											
3.											

Kelancaran:

1. Jeda lama dalam berkomunikasi
2. Sedikit jeda dalam berkomunikasi
3. Berkomunikasi tanpa jeda yang lama

Ketuntasan:

1. Kesulitan berkomunikasi
2. Sedikit kesulitan berkomunikasi
3. Berkomunikasi dengan baik

Pelafalan:

1. Kesulitan melafalkan
2. Sedikit kesulitan melafalkan
3. Lancar melafalkan

F. KEGIATAN PENGAYAAN DAN REMEDIAL

Pengayaan

- Pengayaan: Kegiatan pembelajaran yang dapat digunakan guru untuk siswa yang memiliki minat tinggi terhadap topik/kegiatan pembelajaran atau memperlihatkan penguasaan kompetensi yang lebih tinggi dibanding kompetensi yang sedang dipelajari.

Remedial

- Remedial: Kegiatan pembelajaran untuk peserta didik yang ingin memperkuat pemahaman pada kompetensi sebelum kompetensi yang sedang di pelajari atau untuk peserta didik yang memperlihatkan penguasaan kompetensi yang lebih rendah dibanding kompetensi yang sedang dipelajari.

LAMPIRAN

A. LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-1

Nama :

Kelas :

Ayo Rumuskan

1. Buatlah kelompok kecil yang terdiri dari 4-5 orang.
2. Diskusikan tugas berikut, isi tabel berikut.
3. Lakukan dengan penuh semangat dan saling mendukung!

Gerakan	Tujuan gerakan	Sikap tubuh yang benar	Kesalahan yang harus dihindari
Menggiring Bola			

PJOK Untuk SD/MI

7

Kelas 5 Fase c

Mengoper Bola			
Menendang Bola			
Mengontrol Bola			

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikan di depan kelas hasil dari tabel yang sudah kalian kerjakan. Berikan tanggapan terhadap presentasi temanmu!

PJOK Untuk SD/MI

8

Kelas 5 Fase c

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-3

Nama :

Kelas :

Ayo Aplikasikan

Diskusikan dengan teman kelompok kalian:

1. Sebutkan ukuran panjang dan lebar lapangan sepak bola standar menurut FIFA!

2. Jelaskan langkah-langkah menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam!

3. Apa perbedaan antara operan pendek dan operan jauh dalam sepak bola? Jelaskan cara melakukannya!

4. Sebutkan dan jelaskan dua jenis tendangan dalam permainan sepak bola beserta situasi penggunaannya!

5. Mengapa mengontrol dan menggiring bola dengan baik sangat penting dalam permainan sepak bola?

Penilaian Formatif

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

A. Berilah tanda silang (x) pada huruf a, b, dan c untuk jawaban yang benar!

1. Teknik menggiring bola dengan kaki bagian dalam bertujuan untuk
a. Menahan bola
b. Mengendalikan arah bola
c. Melempar bola
d. Menghentikan bola
2. Operan pendek dalam permainan sepak bola disebut
a. Long pass
b. Through pass
c. Short pass
d. Cross pass
3. Gerakan menendang bola dengan punggung kaki disebut
a. Instep kick
b. Laces kick
c. Chip kick
d. Outside kick
4. Tujuan operan samping dalam sepak bola adalah
a. Menyundul bola
b. Mengoper bola ke samping untuk melewati lawan
c. Menendang bola ke gawang
d. Menangkap bola
5. Tendangan melambung dalam sepak bola disebut
a. Lob pass
b. Chip kick
c. Cross pass
d. Short pass
6. Teknik dasar dalam permainan sepak bola meliputi
a. Menyundul bola dan berlari
b. Menggiring bola dan menendang bola
c. Menangkap bola
d. Menyundul bola
7. Operan jauh dalam sepak bola disebut
a. Short pass
b. Cross pass
c. Long pass
d. Chip kick

PJOK Untuk SD/MI

11

Kelas 5 Fase c

8. Teknik passing yang digunakan dalam jarak jauh adalah
a. Short pass
b. Long pass
c. Dribbling
d. Heading
9. Menendang bola dengan kaki bagian luar disebut
a. Chip kick
b. Outside foot kick
c. Inside foot kick
d. Instep kick
10. Tujuan dari teknik shooting adalah
a. Mengoper bola ke teman
b. Menahan bola
c. Memasukkan bola ke gawang lawan
d. Membuat bola berhenti

B. Jawablah soal-soal di bawah ini!

1. Jelaskan tujuan teknik menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam!

2. Sebutkan perbedaan short pass dan long pass dalam sepak bola!

3. Apa fungsi tendangan chip dalam permainan sepak bola?

4. Jelaskan bagaimana teknik melakukan instep kick!

5. Sebutkan tiga teknik dasar dalam permainan sepak bola!

PJOK Untuk SD/MI

12

Kelas 5 Fase c

B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

1. Refleksi untuk Guru

- apakah siswa sudah mampu mempraktikkan keterampilan dasar sepak bola, seperti menggiring, mengoper, menendang, dan mengontrol bola dengan baik?
- Apakah metode pembelajaran yang digunakan (penuh kesadaran, penuh kegembiraan, penuh makna) sudah efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran?
- Apakah ada siswa yang masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik dasar tersebut atau dalam bekerja sama dengan teman satu tim saat bermain?

2. Tindak Lanjut dan Perbaikan Pembelajaran

- Guru dapat memberikan perhatian khusus kepada siswa yang masih kesulitan memahami sifat dan karakter tokoh cerita dengan baik.
- Mengadakan sesi praktek tambahan di kelas untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

C. DAFTAR PUSTAKA

Afandi, Taufik. 2025. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk SDIT/MI Kelas 5*. Temanggung: Griya Matahari Publishing.
Sumber lainnya yang Relevan

Mengetahui,
Kepala Sekolah

(.....)
NIP.

..... 20
Guru Mata Pelajaran

(.....)
NIP.