

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	: VI (Enam) / I (Ganjil)
Alokasi Waktu	: 8 JP (@ 35 Menit)
Bab /Tema	: 3 / Gerak Dasar Permainan Lapangan
B. IDENTIFIKASI	
1. IDENTIFIKASI SISWA	
▪ Siswa mampu menjelaskan dan melakukan variasi gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola dengan teknik yang benar serta menyesuaikan dengan kemampuan dan kreativitasnya. ▪ Siswa mampu menunjukkan sikap mandiri dan gotong royong selama mengikuti kegiatan pembelajaran jasmani. ▪ Siswa mampu menunjukkan kebiasaan hidup sehat dengan menjaga kebersihan diri, mengonsumsi makanan bergizi, dan aktif bergerak.	
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 menjelaskan dan mempraktikkan modifikasi pola gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola dengan benar sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki. ▪ Siswa dapat mengembangkan dan menanamkan sikap mandiri serta gotong royong dalam kegiatan permainan dan aktivitas kelompok. ▪ Siswa dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari di sekolah maupun di rumah.	
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

- Gerak Dasar Melempar.
- Gerak Dasar Menangkap.
- Variasi Gerak Melempar dan Menangkap.
- Variasi Gerak Memukul.

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 yang pernah bermain permainan seperti kasti atau rounders yang melibatkan melempar, menangkap, dan memukul bola?” dan guru memperkenalkan gerak dasar permainan lapangan.
6. **Tujuan Pembelajaran:** Guru menjelaskan bahwa hari ini siswa akan belajar cara melempar, menangkap, dan memukul bola dengan benar.

Kegiatan Inti

1. Ayo Telaah **Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**

- Mengamati (halaman 20)
 - Siswa diminta untuk mengamati gambar yang ada.
 - Siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang ada.

2. Ayo Eksplorasi **Pembelajaran Bermakna**

A. . Gerak Dasar Melempar (halaman 21)

- Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi gerak dasar melempar.
- Guru menjelaskan gerak dasar melempar dan memberi contoh bentuk-bentuk gerak dasar melempar bola.
- Siswa diminta untuk mempraktikkan gerak dasar melempar bola.

B. Gerak Dasar Menangkap (halaman 23)

- Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi gerak dasar menangkap.
- Guru menjelaskan gerak dasar menangkap dan memberi contoh aktivitas pembelajaran pola gerak dasar variasi menangkap.
- Siswa diminta untuk mempraktikkan gerak dasar menangkap.

C. Variasi Gerak Melempar dan Menangkap (halaman 25)

- Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi variasi gerak melempar dan menangkap.
- Guru menjelaskan variasi gerak melempar dan menangkap dan memberi contoh pola gerak dasar variasi melempar dan menangkap bola.
- Siswa diminta untuk mempraktikkan pola gerak dasar variasi melempar dan menangkap bola.

D. Variasi Gerak Memukul (halaman 26)

- Siswa diminta untuk membaca dengan cermat materi variasi gerak memukul.
- Guru menjelaskan variasi gerak memukul dan memberi contoh pola gerak dasar variasi memukul bola.
- Siswa diminta untuk mempraktikkan variasi gerak memukul.
- Guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang relevan.

3. **Ayo Rumuskan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 28)
 - Siswa diminta untuk melengkapi peta konsep yang ada berdasarkan pemahaman kalian tentang gerak dasar permainan lapangan. gunakan kata-kata yang singkat dan jelas.
4. **Ayo Presentasikan Pembelajaran yang Bermakna & Menyenangkan**
 - Mencoba (halaman 29)
 - Siswa diminta untuk mempresentasikan hasil peta konsep yang sudah di kerjakan di depan kelas, perhatikan dan berilah tanggapan terhadap presentasi teman.
5. **Ayo Aplikasikan Pembelajaran yang Sadar & Bermakna**
 - Mencoba (halaman 29)
 - Siswa diminta untuk membaca intruksi yang ada, kemudian patikanlah.
6. **Dunyawiyah (halaman 30) Mindfull Learning**
 - Siswa diminta untuk mengisi pada kolom kegiatan apa rencana kegiatan positif setelah mempelajari materi yang ada.
7. **Ukhrawiyah (halaman 30) Mindfull & Meaningful Learning**
 - Guru meminta siswa untuk melakukan kegiatan yang ada.

E. ASESMEN / PENILAIAN

- Asesmen Awal
 - Apa yang kamu ketahui tentang gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola?
 - Apakah kamu sudah pernah mencoba melakukan gerakan tersebut dalam permainan sederhana?
 - Mengapa penting bagi kita untuk bersikap mandiri, bergotong royong, dan menjaga kesehatan tubuh?
- Asesmen Formatif / Proses Pembelajaran
- Asesmen Sumatif / Akhir Sumatif
- Indikator: Menjelaskan dan mempraktikkan modifikasi pola gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola dengan benar sesuai potensi dan kreativitasnya, serta menunjukkan sikap mandiri, gotong royong, dan perilaku hidup sehat dalam kegiatan pembelajaran.

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

Lengkapilah peta konsep di bawah ini berdasarkan pemahamanmu tentang gerak dasar permainan lapangan. Gunakan kata-kata yang singkat dan jelas.



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD) Ke-2

Nama :

Kelas :

Ayo Presentasikan

Presentasikan di depan kelasmu hasil dari peta konsep sederhana yang telah kalian isi! Perhatikan dan berilah tanggapan terhadap presentasi temanmu!

Nama :

Kelas :

Ayo Aplikasikan

Bacalah intruksi di bawah ini, kemudian praktikkanlah!

1. Praktikkan gerak dasar permainan kasti, yaitu:
 - Melempar bola
 - Menangkap bola
 - Memukul bola
 - Berlari setelah memukul bola
2. Lakukan setiap gerakan minimal 3 kali dengan benar.
3. Minta orang tua atau temanmu mengamati gerakanmu.
4. Setelah itu, isi tabel berikut:

Gerak Dasar	Bisa/Belum	Hal Menarik dari Gerakan
Melempar bola		
Menangkap bola		
Memukul bola		
Berlari setelah memukul		

Penilaian Formatif

Nama :

Kelas :

Latihan Soal

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

- Gerakan menggerakkan benda ke arah tertentu dengan kekuatan tangan disebut
 - menendang
 - memukul
 - melempar
 - menahan
- Ketika menangkap bola menyusur tanah, posisi tubuh adalah
 - berdiri tegak
 - jongkok dengan tangan di atas kepala
 - membungkuk dengan tangan di bawah
 - berlari kencang
- Dalam teknik melempar bola lambung, tangan diayunkan ke
 - belakang lalu ke atas
 - ke bawah
 - ke samping
 - langsung ke depan
- Menangkap bola datar mengutamakan fokus pada
 - tanah
 - arah bola yang datang sejajar dada
 - lawan
 - gerakan kaki
- Dalam permainan kasti, teknik dasar yang digunakan adalah
 - dribble dan tendang
 - servis dan smash
 - melempar dan menangkap
 - menyundul bola
- Melempar bola mendatar dilakukan dengan posisi tangan
 - membungkuk
 - sejajar bahu
 - di belakang kepala
 - di bawah lutut
- Gerakan memukul bola menggunakan tongkat pemukul disebut
 - strike
 - dribble
 - smash
 - service

B. Saat melakukan variasi melempar dan menangkap berpasangan, yang harus di jaga adalah

- kecepatan lari
 - kekuatan pukulan
 - koordinasi dan kerja sama
 - gaya berlari
9. Gerakan melempar bola menggelinding dilakukan dengan tujuan
- membuat bola terbang tinggi
 - membuat bola bergulir di tanah
 - membuat bola menukik
 - membuat bola melambung jauh
10. Dalam memukul bola dalam rounders, bagian tubuh yang digunakan untuk memegang bat adalah
- tangan dan punggung
 - kedua tangan
 - kaki dan kepala
 - tangan kiri saja

B. Jawablah pertanyaan berikut dengan benar!

- Apa yang dimaksud dengan gerakan melempar dipertandingan lapangan?

- Jelaskan teknik menangkap bola lambung!

- Mengapa keseimbangan penting dalam gerakan menangkap bola menyusur tanah?

- Sebutkan 2 variasi gerakan melempar yang ada dalam materi ini!

- Apa tujuan dari memukul bola dalam permainan kasti atau rounders?

B. REFLEKSI PEMBELAJARAN

1. Refleksi untuk Guru

- Apakah siswa sudah mampu menjelaskan dan mempraktikkan variasi gerak dasar melempar, menangkap, dan memukul bola dengan benar sesuai potensi dan kreativitasnya?
- 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 menunjukkan sikap mandiri, bekerja sama, atau menerapkan perilaku hidup sehat selama pembelajaran berlangsung?

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 6*. Temanggung: Griya Matahari Publishing.
Sumber lainnya yang Relevan

Mengetahui,
Kepala Sekolah

(.....)
NIP.

..... 20
Guru Mata Pelajaran

(.....)
NIP.