

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN RPP MASA DARURAT COVID 19

**NAMA MADRASAH** : MTs.alkhairaat pakuli  
**MATA PELAJARAN** : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
**KELAS/SEMESTER** : VIII/Genap  
**MATERI POKOK** : Aktivitas Latihan Daya Tahan Jantung Dan Paru Paru  
**Lokasi waktu** : 2 jam pelajaran

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan mengamati video pembelajaran youtube, siswa mampu menjelaskan aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (cardio respiratory ) untuk pengembangan kebugaran jasmani dengan tepat
2. Dengan mengamati praktik dalam video pembelajaran youtube, siswa mampu mempraktekan aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (cardio respiratory) untuk pengembangan kebugaran jasmani dengan percaya diri

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

#### 1. Kegiatan Pendahuluan

1. Menginformasikan jadwal Daring SFH (Shool From Home) melalui WA Group paguyuban wali murid
2. Menginformasikan kegiatan pembelajaran daring 15 menit sebelum pembelajaran daring melalui WA group
3. Mengawali kegiatan daring dengan berdoa
4. Membagikan /Share Tautan Link Vidio pembelajaran di WA atau google classroom
5. Guru memandu dan mengkomunikasikan penugasan menyaksikan materi pembelajaran melalui video youtube yang sudah disiapkan
6. Siswa mengikuti aktivitas pembelajaran daring menyimak video aktivitas latihan kebugaran untuk meningkatkan daya tahan jantung dan paru paru
7. Guru mengirimkan materi pelajaran

#### 2. Kegiatan Inti

- \* Siswa di arahkan untuk menyimak /mempelajari materi pembelajaran
- \* Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk saling berkomunikasi tentang materi pembelajaran melalui WA group
- \* Guru menyimak setiap aktivitas siswa

#### 3. Penutup

- \* Guru member I kesempatan kepada siswa untuk untuk menyusun kesimpulan pembelajaran berdasarkan pengalaman belajar yang diperoleh dala keadaan darurat covid 19
- \* Guru memberikan apresiasi pada setiap gambqr dan komentar tentang belajar dirumah yang berkaitan dengan materi pembelajaran dalam keadaan darurat covid 19
- \* Guru mengakhiri pelajaran dengan memberikan motivasi kepada siswa untuk tetap semangat walau harus stay at home

### C. MEDIA PEMBELAJARAN, ALAT, BAHAN DAN SUMBER BELAJAR

- \* Media : group kelas pjok online (WA, Google Classroom)
- \* Alat : Hp Android dan laptop
- \* Bahan dan Sumber : -Buku pjok pegangan guru  
: -Buku Siswa

### D. BENTUK PENILAIAN

- \* Tes tertulis/ Penugasan

Mengetahui

Kepala Madrasah



RONALDI, S.Pd.I

Nip.198107152014121002

Sigi 15 Mei 2020

Guru Mata Pelajaran

Muliati