

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP N 8 SIMPANG HILIR
Matapelajaran : Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII(Tujuh)/Ganjil
Materi pembelajaran : Atletik/ Lari Sprint
Alokasi Waktu : 1 kali pertemuan (3JP)

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah menyimak penjelasan materi dalam video youtube yang dikirim guru Melalui aplikasi zoom, peserta didik dapat:

1. Menganalisis teknik dasar lari jarak pendek (start. Gerakan lari, finish)
2. Melakukan teknik dasar lari jarak pendek (start. Gerakan lari, finish)

B. Sumber belajar

Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII
Internet

C. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)

Kelas dibuka melalui whatsapp grup (WAG) Guru menyapa peserta didik dan mengajak siswa melakukan teleconference melalui aplikasi zoom meeting, pembukaan dengan salam dan berdoa untuk memulai pembelajaran di pandu oleh guru, kemudian guru melakukan presensi

Melalui aplikasi Zoom meeting guru Menyampaikan motivasi dan apersepsi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan & manfaat) dengan mempelajari materi :

Lari jarak pendek (sprint)

Melalui aplikasi Zoom meeting guru Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,

Kegiatan Inti (90 Menit)

Kegiatan Literasi	Melalui aplikasi whatsapp group Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi lari jarak pendek (sprint) https://www.youtube.com/watch?v=zKwHT_5YSCQ https://www.youtube.com/watch?v=TqWBKM8Y1fo
Critical Thinking	Melalui aplikasi Zoom meeting Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dan menganalisis materi lari jarak pendek (teknik start,teknik gerakan lari, teknik finish) .
Collaboration	Peserta didik mendiskusikan, mengumpulkan informasi, kemudian aplikasi Zoom meeting siswa mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi dengan siswa lain mengenai <i>lari jarak pendek(sprint)</i>
Communication	Melalui aplikasi Zoom meeting Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan
Creativity	Melalui aplikasi zoom meeting Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi lari jarak pendek(sprint) . Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami

Kegiatan Penutup (15 Menit)

Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting dalam kegiatan pembelajaran yang baru saja dilaksanakan.

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian sikap (**pengamatan selama Aktivitas di Zoom Meeting**)

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis (Google clasroom)**

Penilaian keterampilan berupa **video berlari dengan memperhatikan** gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Theodorus Sotirman, S. Pd
NIP. 1984032620009021006

Simpang Hilir , 2020

Guru Mata Pelajaran

Handi Suhendar, S.Pd.
NIP. 198904212014021003