

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : MTs N 2 POSO
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / Genap
Materi Pokok : Aktivitas Senam Lantai
Alokasi Waktu : 3JP (1 Pertemuan)

A. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.6 Memahami berbagai keterampilan dasar spesifik senam lantai.	3.6.1. Mengidentifikasi variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 3.6.2. Menjelaskan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 3.6.3. Menjelaskan cara melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
4.6 Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar spesifik senam lantai.	4.6.1. Melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 4.6.2. Menggunakan gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) dalam bentuk rangkaian sederhana senam lantai.

B. Tujuan Pembelajaran

1. Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani dan olahraga
 - a. Berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran
2. Bertanggung jawab dalam menggunakan sarana dan prasarana pembelajaran, serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan sekitarnya.
 - a. Menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain
 - b. Menjaga ketertiban lingkungan sekitar
3. Disiplin selama melakukan aktivitas fisik
 - a. Mengikuti kegiatan sesuai waktu yang ditentukan
 - b. Mengikuti semua proses pembelajaran
4. Memahami Konsep aktivitas senam lantai
 - a. Mengidentifikasi variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
 - b. Menjelaskan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
 - c. Menjelaskan cara melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
5. Mempraktikkan aktivitas senam lantai
 - a. Melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
 - b. Menggunakan gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) dalam bentuk rangkaian sederhana senam lantai.

C. Kegiatan Pembelajaran

1. (3 x 40 Menit)	
Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)	
<p>Guru :</p> <p>Orientasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan <i>syukur</i> kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran ● Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin ● Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran. <p>Aperpepsi</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya ● Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya. ● Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan. <p>Motivasi</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. <p>Pemberian Acuan</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu. ● Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung ● Pembagian kelompok belajar ● Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran. 	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Sintak Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
Stimulation (stimulasi/pemberian rangsangan)	<p style="color: #00aaff; text-decoration: underline;">KEGIATAN LITERASI</p> <p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi Hakekat Senam Lantai dengan cara :</p> <p>→ Melihat (tanpa atau dengan Alat)</p> <p style="padding-left: 20px;">Menayangkan gambar/foto/video yang relevan.</p> <p>→ Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Lembar kerja materi Hakekat Senam Lantai ● Pemberian contoh-contoh materi Hakekat Senam Lantai untuk dapat dikembangkan peserta didik, dari media interaktif, dsb <p>→ Membaca.</p> <p>Kegiatan literasi ini dilakukan di rumah dan di sekolah dengan membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan Hakekat Senam Lantai</p> <p>→ Menulis</p> <p style="padding-left: 20px;">Menulis resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait Hakekat Senam Lantai</p> <p>→ Mendengar</p> <p style="padding-left: 20px;">Pemberian materi Hakekat Senam Lantai oleh guru.</p> <p>→ Menyimak</p>

	<p>Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi :</p> <p><i>Hakekat Senam Lantai</i></p> <p><i>ü Pengertian senam lantai</i></p> <p><i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>untuk melatih rasa <i>syukur</i>, kesungguhan dan <i>kedisiplinan</i>, ketelitian, mencari informasi.</p>
<p>Problem statemen (pertanyaan/identifikasi masalah)</p>	<p><u>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u></p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <p>→ Mengajukan pertanyaan tentang materi :</p> <p><i>Hakekat Senam Lantai</i></p> <p><i>ü Pengertian senam lantai</i></p> <p><i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat.</p>
<p>Data collection (pengumpulan data)</p>	<p><u>KEGIATAN LITERASI</u></p> <p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <p>→ Mengamati obyek/kejadian</p> <p>Mengamati dengan seksama materi Hakekat Senam Lantai yang sedang dipelajari dalam bentuk gambar/video/slide presentasi yang disajikan dan mencoba menginterpretasikannya.</p> <p>→ Membaca sumber lain selain buku teks</p> <p>Secara disiplin melakukan kegiatan literasi dengan mencari dan membaca berbagai referensi dari berbagai sumber guna menambah pengetahuan dan pemahaman tentang materi Hakekat Senam Lantai yang sedang dipelajari.</p> <p>→ Aktivitas</p> <p>Menyusun daftar pertanyaan atas hal-hal yang belum dapat dipahami dari kegiatan mengamati dan membaca yang akan diajukan kepada guru berkaitan dengan materi Hakekat Senam Lantai yang sedang dipelajari.</p> <p>→ Wawancara/tanya jawab dengan nara sumber</p> <p>Mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi Hakekat Senam Lantai yang telah disusun dalam daftar pertanyaan kepada guru.</p> <p><u>COLLABORATION (KERJASAMA)</u></p> <p>Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk:</p> <p>→ Mendiskusikan</p> <p>Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi Hakekat Senam Lantai</p> <p>→ Mengumpulkan informasi</p>

	<p>Mencatat semua informasi tentang materi Hakekat Senam Lantai yang telah diperoleh pada buku catatan dengan tulisan yang rapi dan menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar.</p> <p>→ Mempresentasikan ulang</p> <p>Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan materi dengan rasa percaya diri Hakekat Senam Lantai sesuai dengan pemahamannya.</p> <p>→ Saling tukar informasi tentang materi :</p> <p><i>Hakekat Senam Lantai</i></p> <p><i>ü Pengertian senam lantai</i></p> <p><i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.</p>
<p>Data processing (pengolahan Data)</p>	<p><u>COLLABORATION (KERJASAMA) dan CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u></p> <p>Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :</p> <p>→ Berdiskusi tentang data dari Materi :</p> <p><i>Hakekat Senam Lantai</i></p> <p><i>ü Pengertian senam lantai</i></p> <p><i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>→ Mengolah informasi dari materi Hakekat Senam Lantai yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.</p> <p>→ Peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai materi Hakekat Senam Lantai</p>
<p>Verification (pembuktian)</p>	<p><u>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u></p> <p>Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan :</p> <p>→ Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan tentang materi :</p> <p><i>Hakekat Senam Lantai</i></p> <p><i>ü Pengertian senam lantai</i></p> <p><i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>antara lain dengan : Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas jawaban soal-soal yang telah dikerjakan oleh peserta didik.</p>
<p>Generalization (menarik)</p>	<p><u>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</u></p> <p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan</p>

kesimpulan)	<p>→ Menyampaikan hasil diskusi tentang materi Hakekat Senam Lantai berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan.</p> <p>→ Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang materi : <i>Hakekat Senam Lantai</i> <i>ü Pengertian senam lantai</i> <i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>→ Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan tentang materi Hakekat Senam Lantai dan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan.</p> <p>→ Bertanya atas presentasi tentang materi Hakekat Senam Lantai yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya.</p> <p><u>CREATIVITY (KREATIVITAS)</u></p> <p>→ Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa : Laporan hasil pengamatan secara <i>tertulis</i> tentang materi : <i>Hakekat Senam Lantai</i> <i>ü Pengertian senam lantai</i> <i>ü Manfaat melakukan aktivitas senam lantai</i></p> <p>→ Menjawab pertanyaan tentang materi Hakekat Senam Lantai yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan.</p> <p>→ Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi Hakekat Senam Lantai yang akan selesai dipelajari</p> <p>→ Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi Hakekat Senam Lantai yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran.</p>
-------------	---

Catatan : Selama pembelajaran Hakekat Senam Lantai berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan

Kegiatan Penutup (15 Menit)

Peserta didik :

- Membuat resume (CREATIVITY) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Hakekat Senam Lantai yang baru dilakukan.
- Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi pelajaran Hakekat Senam Lantai yang baru diselesaikan.
- Mengagendakan materi atau tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajari pada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau dirumah.

Guru :

- Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran Hakekat Senam Lantai
- Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas
- Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran

D. Penilaian Pembelajaran

1. Teknik Penilaian

Penilaian sikap	: Observasi / Pengamatan
Penilaian Pengetahuan	: Tes tertulis dan lisan
Penilaian Keterampilan	: Unjuk Kerja, Presentasi, Laporan penugasan

2. Bentuk Penilaian

Observasi	: Jurnal Guru
Tes Tertulis	: Uraian, Laporan Paparan
Unjuk Kerja	: Laporan, Paparan

3. Instrumen penilaian sikap, pengetahuan dan keterampilan

Poso, Juni 2020

Mengetahui,

Kepala Madrasah

Guru Mata Pelajaran

Dra. Risnawati S. Panti
NIP 19630811 199903 2 002

Sri Marlina, S.Pd
NIP. 19860730 201903 2 012