

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Pembuat : Ali Mashud, S.Pd.,Gr.
 Sekolah : SMP Negeri 1 Paranggupito
 Email/Surel : mashudali98@gmail.com
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VII / I (Gasal)
 Materi Pokok : Senam Lantai
 Alokasi Waktu : 2 x 3 x 40 menit

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4			
	3.6. Memahami berbagai keterampilan dasar gerak spesifik senam lantai.	4.6. Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar gerak spesifik senam lantai.			
	IPK 3	IPK 4			
<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan tahap-tahap gerak spesifik guling depan dan guling belakang dalam aktivitas senam lantai. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mempraktikkan tahap-tahap gerak spesifik guling depan dan guling belakang dalam aktivitas senam lantai yang disederhanakan. 				
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran					
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran				
<ul style="list-style-type: none"> • Model: <i>Problem Based Learning</i> • Metode: Komando, latihan, <i>part & wall</i> • Media dan Alat Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Video Pembelajaran ○ Pemodelan ○ LKPD ○ Cones ○ Bola plastik ○ Matras ○ Jam tangan ○ peluit ○ Halaman sekolah • Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Muhajir. 2016. PJOK (Buku siswa). Jakarta: Kemdikbud (221-224). ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: Kemdikbud (221-224). • Materi: Senam lantai • Fokus Penguatan Karakter: <ul style="list-style-type: none"> ○ Berani ○ Disiplin ○ Jujur ○ Percaya diri ○ Kerja sama ○ Pantang menyerah 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menempati tempatnya atau baris bersyaf kemudian berdoa. Setelah itu, guru melakukan presensi untu memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat. b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dipelajari. c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan yang dikemas dalam bentuk <i>game</i> “tidur dengan bola”. 2. Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Orientasi Masalah <ul style="list-style-type: none"> • Guru menjelaskan secara singkat terkait materi. • Guru memberikan simulasi untuk memberikan gambaran kepada peserta didik. • Guru menunjukkan permasalahan untuk dipecahkan oleh peserta didik. b. Organisasi Belajar <ul style="list-style-type: none"> • Guru membagi peserta didik ke dalam empat kelompok kecil dengan jumlah yang sama. c. Penyelidikan Individu maupun Kelompok <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik berkumpul sesuai dengan kelompoknya. • Peserta didik berdiskusi terkait permasalahan yang ada dalam proses belajar. • Peserta didik mencoba dan menemukan kendala apa yang menjadi bahan ajar. • Guru berkeliling mengamati dan membantu apabila ada peserta didik yang mengalami kesulitan. d. Pengembangan dan Penyajian Hasil Penyelesaian Masalah <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mulai belajar dengan teman-temannya. • Guru membuat variasi latihan yang berbeda-beda, sehingga peserta didik menjadi semakin semangat dan senang dalam proses belajar meliputi: <ul style="list-style-type: none"> ❖ variasi satu “guling depan” ❖ variasi dua “guling belakang” e. Analisis dan Evaluasi Proses Penyelesaian Masalah <ul style="list-style-type: none"> • Guru menjadi fasilitator selama proses pembelajaran. • Guru mengamati dari hasil proses belajar peserta didik. • Peserta didik mempraktikkan keterampilan yang sudah dikuasai dan menemukan solusinya. • Pada tahap ini guru melakukan penilaian keterampilan (proses). • Guru menyimpulkan atas pembelajaran yang dilakukan. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Melakukan kegiatan pendinginan dalam bentuk aktivitas bermain ringan “3-6-9”. b. Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk menunjukkan hasil belajar yang telah dilakukan. c. Guru menarik kesimpulan terkait materi yang telah dipelajari. d. Guru menunjuk salah satu peserta didik untuk memimpin doa. e. berdoa, guru memberikan tugas untuk penilaian (pengetahuan) sebagai berikut: <ul style="list-style-type: none"> • tes tulis mengerjakan buku paket dalam waktu 1 x 24 jam • penugasan mengerjakan <i>link google form</i> dalam waktu 2 x 24 jam f. Guru mengarahkan peserta didik untuk mengembalikan peralatan olahraga 				
Asesment: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis atau penugasan (<i>Google Form/Quiz</i>) c. Keterampilan : Tes praktik atau portopolio (lembar tugas)					
Tagihan pertemuan I – II materi gerak spesifik guling depan dan guling belakang dalam aktivitas senam lantai.	Pengetahuan		Keterampilan		
	LKS / Paket	Google Form	Guling Depan dan Guling Belakang		
			Awal	Pelaksanaan	Akhir
	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1-10) pada buku paket halaman (225-226). 2. Kerjakan soal latihan pada link berikut:		√	√	√
		Buatlah klipng tentang seputar guling depan dan guling belakang dalam aktivitas senam lantai di buku tugas kalian masing-masing!			