

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMAN 1 T. Raya	Kelas/Semester : XI / 1	KD : 3.3 dan 4.3
Mata Pelajaran : PJOK	Alokasi Waktu : 3 x 45 mnt	Pertemuan ke : 1
Materi : ATLETIK (Jalan Cepat)		

KD 3.3	KD 4.3
Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan
IPK 3.3.1	IPK 4.3.1
Menganalisis kategori keterampilan gerak jalan cepat .	Mengidentifikasi kesalahan dalam kategori gerak jalan cepat
IPK 3.3.2	IPK 4.3.2
Menganalisis kesalahan dalam kategori gerak jalan cepat	Mempraktikkan gerak memperbaiki kesalahan jalan cepat

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

3.3.1	Melalui kegiatan diskusi siswa dapat mengembangkan dan menganalisis teknik yang benar dalam jalan cepat
4,3.1	Melalui penyajian animasi/ video secara kolaboratif siswa dapat merancang Teknik jalan cepat
4.3.2	Melalui kajian berbagai sumber belajar siswa dapat mempresentasikan dan mempraktikkan teknik jalan cepat

PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> Sosialisasi melalui whatsapp group bahwa pembelajaran menggunakan aplikasi schoology, google classroom, masuk Schoology /classroom dengan kode kelas yang telah didistribusikan. Schoology /Classroom dibuka sesuai jadwal, klik fitur forum, baca dan ikuti tahap pendahuluan petunjuk Materi Kd 3.3 dan 4.3 dengan cermat , memuat salam, himbuan protokol kesehatan, mengawali dengan doa, presentasi dengan google form, serta melakukan pemanasan berpikir dengan deskripsi singkat dalam ikon forum terkait teknik yang benar dalam jalan cepat. Appersepsi pendahuluan terkait teknik jalan cepat., melalui link tautan youtube/video pembelajaran, dan pembentukan kelompok dalam diskusi daring, serta menyampaikan bahwa pembelajaran menggunakan Model Problem based learning. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan menunjukan kegunaannya dalam kehidupan sehari-hari sebagai kemurahan Tuhan YME. Menyampaikan KKM & Tahapan klik fitur-fitur dalam schoology/google classroom, salam pembuka, presentasi online, dan doa bersama dalam fitur forum
KEGIATAN INTI	Kegiatan Literasi Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi Atletik tentang teknik yang benar dalam Jalan cepat https://penjaskes.co.id/JALAN-CEPAT/
	Critical Thinking Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.
	Collaboration Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi Atletik tentang teknik yang benar dalam jalan cepat.
	Communication Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi Atletik tentang teknik yang benar dalam jalan cepat. yang selesai dipelajari.

Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi Atletik tentang teknik yang benar dalam jalan cepat., peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar • Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat. • Guru memerintahkan siswa untuk memperagakan gerakan materi Atletik tentang teknik yang benar dalam Jalan cepat dirumah setelah pembelajaran dan merekam dalam bentuk video hp/camera • Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Media, Alat dan Media Pembelajaran <ul style="list-style-type: none"> ➢ Video Pembelajaran ➢ Gambar ➢ Slide presentasi (ppt) ➢ Internet, zoom ➢ Grup whatsapp ➢ Google meet / class room / schoology ➢ Laptop, Android 	Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ➢ Buku Guru/Siswa Kemdikbud ➢ Aplikasi/Web (zoom, rumah belajar, youtube) ➢ Video pembelajaran ➢ Artikel / ringkasan Materi ➢ Dan sumber lain yang relevan
Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).	Deskripsi : Peserta didik secara individu merumuskan dan memperagakan materi teknik yang benar dalam jalan cepat Atletik

C. PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Penilaian Keterampilan : Penilaian Keterampilan abstrak Kd 4.3 Penilaian Sikap : Jurnal Guru, Penilaian diri, Penilaian Antar Teman, Jurnal Wali Kelas/BP-bila perlu Penilaian Pengetahuan : Penilaian Pengetahuan KD 3.3

Maninjau, Juli 2020

Mengetahui
Kepala SMA Negeri 1 Tanjung Raya

Guru Mata Pelajaran PJOK

BURMAL, S.Pd. M.Pd
NIP. 19640601 198803 1 004

LIDIYA NINGSIH S.Pd
NIP .19811109 201101 2 009