



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP) DALAM JEJARING (DARING) TAHUN PELAJARAN
2020/ 2021**

Identitas Sekolah
SMK FARMASI
AVICENNA
CILEUNGSI

Mata Pelajaran :
PJOK

Kelas/ Semester:
X / Ganjil

Materi Pokok:
Kebugaran
Jasmani

Alokasi Waktu:
2 x 30 Menit

Metode:

Berbasis
masalah
(Problem-Based
Learning)

Sumber Belajar:

- o Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Erlangga (hal. 174-195).
- o Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Erlangga (hal. 134-143).
- o Video Youtube

Alat dan Media : ☞

Laptop

☞ HP Android

☞ *Worksheet* atau lembar kerja (siswa)

☞ Video Pembelajaran

☞ Lembar penilaian

☞ WAG Kelas

☞ Edmodo

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah Mengikuti Pembelajaran Peserta didik Dapat :

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.5 Menerapkan konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar	4.5 Mempraktik-kan hasil analisis konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar

B. Bahan Materi Pembelajaran

Setiap materi pembelajaran terdapat pada fitur *Edmodo*.

X FKK Kode Kelas ezjs5i

X FI Kode Kelas yk8rdb

X AK Kode Kelas srxy94

<https://www.youtube.com/watch?v=Jk4yH9qBZuA>

C. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1

KEGIATAN PENDAHULUAN (10 menit)

1. Hadir bersamaan, Guru menyapa kelas dan melakukan presensi online melalui aplikasi *Edmodo*.
2. Guru memberikan informasi tentang materi, tujuan dan teknis pembelajaran yang akan dilakukan. Melalui *aplikasi Edmodo*.

KEGIATAN INTI (40 menit)

1. GURU: Meminta peserta didik untuk mempelajari materi dengan menonton video materi pembelajaran pada *Edmodo* (*Literasi*)
2. Peserta didik bertanya dan berpendapat dari materi yang diberikan guru melalui *Edmodo* (*Critical Thinking*)
3. Guru dan peserta didik membuat kesimpulan. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami tentang materi yang telah disajikan. (*Creativity*)

KEGIATAN PENUTUP (10 menit)

1. Peserta didik diminta mengirimkan hasil pembelajaran berupa foto atau video praktik melalui *Edmodo*
2. Guru memberikan umpan balik terhadap proses pembelajaran yang telah dilaksanakan oleh masing-masing siswa.
3. Guru memberikan tugas kelompok melalui *Edmodo*

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

Tagihan (latihan dan kelincahan).	1/MG 1	Pengetahuan			Keterampilan			
		Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan (latihan keseimbangan dan koordinasi).	2/MG 2	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani.						
		2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas kebugaran jasmani.						
					Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

PPG UNESA ANGKATAN 3 2020 GILMAN AGNIAMAN