RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) DARING

Materi Pokok : Kebugaran Jasmani Kelas : VII (Tujuh)	Nama Pembuat : Anwar Iskandar Nasution,S.Pd Sekolah : MTsN 3 MEDAN Mata Pelajaran : PJOK Semester : 1 (Satu) Waktu : 3 Pertemuan (3 x 80 Menit) Email : anwarrimbawan@gmail.com

Tujuan Pembelajaran : a) Memiliki pengetahuan tentang pola gerak dasar menggunakan latihan Kebugaran Jasmani (Literasi) b) Memberi pengalaman belajar beradaptasi dengan keterampilan motorik dan menggunakannya pada situasi yang berubah-ubah (Keterampilan) c) Memiliki sikap seperti : kerjasama, sportifitas, tanggungjawab dan menghargai perbedaan (Pendidikan Karakter)	Kegiatan Pembelajaran : **Kegiatan Pendahuluan (10 menit)** • Berdoa • Absensi • Melakukan pemanasan
Sumber Belajar : a) Blog Guru Penjas : https://anwarrimbawan.blogspot.com/ b) *Youtube* c) Buku Teks Pelajaran	**Kegiatan Inti (60 menit)** **Pertemuan 1** • Guru memberi informasi tentang kompetensi dan tujuan pembelajaran • Membaca informasi tentang konsep variasi dan kombinasi Latihan Kebugaran Jasmani **Pertemuan 2** • Mengamati secara langsung dan atau di TV/Video tentang variasi dan kombinasi Latihan Kebugaran Jasmani dan membuat catatan hasil pengamatan **Pertemuan 3** • Melakukan gerakan materi esensi secara perseorangan atau berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Menemukan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi
Metode Pembelajaran : Metode pembelajaran menggunakan Metode *Blended Learning*. Kegiatan pembelajaran daring dilakukan melalui Aplikasi *E-Learning* Madrasah with *Jitsi* untuk Teleconference serta group Whatsapp agar terjadi komunikasi dua arah yang intensif antara guru dengan murid.	**Kegiatan Penutup (10 menit)** • Peserta didik dengan bimbingan guru menyimpulkan materi yang telah dipelajari • Peserta didik memberikan umpan balik dengan mengajukan pertanyaan.