

Evaluasi Pembelajaran

Satuan Pendidikan	: SMA NEGERI 1 RANAH PESISIR
Kelas / Semester	: X / Ganjil
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pembelajaran	: Jalan Cepat (KD 3.3 dan 4.3)
Alokasi Waktu	: 2 JP (1 x Pertemuan)

A. Kompetensi Inti

- **KI-1 dan KI-2:** Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
- **KI 3:** Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- **KI4:** Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.3. Menganalisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk meng-hasilkan gerak yang efektif	<ul style="list-style-type: none">• Menjelaskan tentang keterampilan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)
4.3. Mempraktik- kan hasil analisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif	<ul style="list-style-type: none">• Mencoba tugas keterampilan gerak jalan cepat ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama

C. Materi Evaluasi Pembelajaran

Materi evaluasi pembelajaran selama pembelajaran daring/online ialah:

1. Menjelaskan tentang keterampilan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)
2. Mempraktekkan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)

D. Tujuan Pembelajaran

1. Aspek Afektif
Peserta didik dapat menunjukkan sikap disiplin, kerjasama dan sportivitas selama dalam mengikuti kegiatan pembelajaran
2. Aspek Kognitif
 - a. Peserta didik dapat menganalisa rangkaian gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)
 - b. Peserta didik dapat menyebutkan rangkaian gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)
 - c. Peserta didik dapat memeriksa hubungan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)
3. Aspek Psikomotor
Peserta didik dapat mempraktekkan rangkaian gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)

1. Penilaian Afektif

Silahkan mengunjungi link google form berikut untuk penilaian afektif secara online:

<https://forms.gle/j6jdifHHtsfNUgDQA>

a. Sikap Spritual

Petunjuk :

Lembaran ini diisi oleh orang tua peserta didik untuk menilai sikap spritual peserta didik. Berilah tanda cek (v) pada kolom skor sesuai sikap spritual yang ditampilkan oleh peserta didik, dengan kriteria sebagai berikut :

- 4 : Selalu
- 3 : Sering
- 2 : Kadang kadang
- 1 : Tidak Pernah

Nama Orangtua Peserta Didik :.....

Nama Peserta Didik :.....

Kelas :

Lembar Penilaian

No	Nama Siswa	Berdoa sebelum dan sesudah belajar				Memberi salam pada awal dan akhir pembelajaran				Mengucap syukur saat berhasil mengerjakan tugas				Total skor	Predikat
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
1															
2															
3															
4															
5															
Ds t															

b. Sikap Sosial

Silahkan diisi oleh peserta didik dengan memberikan tanda ceklis pada kolom skor sikap sosial dengan kriteria berikut ini

- 1 : Sudah membudaya
- 2 : Mulai berkembang
- 3 : Mulai terlihat
- 4 : Belum terlihat

Lembar Penilaian

No	Nama siswa	Lembar Penilaian											
		Disiplin				Kerjasama				Sportivitas			
		BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM
1													
2													
3													
4													
5													
dst													

2. Penilaian Kognitif

Silahkan mengunjungi link google form berikut untuk penilaian afektif secara online:

<https://forms.gle/Y84HRoYPzQ1gfj396>

Kisi kisi tes tertulis

No	Kompetensi Dasar	Materi	Level Kognitif	Indikator Soal	Nomor soal	Bentuk Soal	Skor nilai
1	3.3. Menganalisis keterampilan jalan cepat, lari, lompat dan lempar untuk meng-hasilkan gerak yang efektif	Aktivitas keterampilan gerak jalan cepat (gerak start, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis finis)	C4	Disajikan soal. Peserta didik dapat menunjukkan posisi yang benar pada jalan cepat	1	PG	10
			C4	Disajikan soal. Peserta didik dapat menunjukkan posisi tungkai yang benar pada jalan cepat	2	PG	10
			C4	Disajikan soal. Peserta didik dapat menunjukkan posisi kaki yang benar pada jalan cepat	3	PG	10
			C4	Disajikan soal. Peserta didik dapat menunjukkan urutan jalan cepat	4	PG	10
			C4	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat membedakan jalan cepat dengan jalan santai	5	PG	10
			C5	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat menilai	6	PG	10
			C4	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat menyebutkan aba-aba pada jalan cepat	7	PG	10
			C4	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat membedakan jalan cepat dengan lari	8	PG	10
			C4	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat menentukan sudut ayunan siku pada saat di tekuk	9	PG	10
			C4	Disajikan sebuah soal. Peserta didik dapat menentukan saat finish pada jalan cepat	10	PG	10

Skor = jumlah benar satuan puluhan

Pilihan Ganda

Silahkan pilih salah satu jawaban yang paling benar!

1. Posisi lutut kaki depan yang benar saat melakukan gerakan topang depan pada jalan cepat adalah....
 - a. Diluruskan
 - b. Ditekuk
 - c. Digantung
 - d. Direndahkan
2. Posisi tungkai ayun yang benar saat melakukan gerakan topang depan pada jalan cepat adalah...
 - a. Rendah
 - b. Tinggi
 - c. Menyilang
 - d. Sedang
3. Posisi kaki topang yang benar saat melakukan gerakan kaki topang belakang pada jalan cepat adalah...
 - a. Tetap lurus
 - b. Tetap ditekuk
 - c. Tetap tergantung
 - d. Tetap menyilang
4. Urutan gerakan jalan cepat yang benar, yaitu...
 - a. Topang depan –Topang belakang - Relaksasi – Topang ganda
 - b. Topang depan - Topang belakang - Topang ganda - Relaksasi
 - c. Relaksasi - Topang belakang - Topang depan - Topang ganda
 - d. Topang belakang - Topang ganda - Topang depan – Relaksasi
5. Perbedaan jalan cepat dengan jalan santai, adalah....
 - a. Jalan cepat selalu diperlombakan
 - b. Jalan cepat kedua kaki selalu dalam satu garis
 - c. Jalan santai dilakukan pada saat hari libur
 - d. Jalan santai sering dilakukan oleh orang yang sudah tua
6. Seorang Pejalan Cepat akan dinyatakan diskualifikasi apabila melakukan hal-hal, sebagai berikut.....
 - a. Berjalan di track yang sudah ditentukan
 - b. Menyusul pejalan kaki yang lain dari sebelah kiri
 - c. Berjalan sejajar dengan pejalan yang lain
 - d. Berjalan dengan kedua kaki tidak menyentuh tanah
7. Aba-aba dalam melakukan start dalam Jalan Cepat, adalah....
 - a. Bersedia.....Siap.....Ya
 - b. On your mark.....Ready.....Go
 - c. Satu.....Dua....Tiga
 - d. Hiji.....Dua....Tilu...
8. Perbedaan Jalan cepat dengan lari adalah..
 - a. Kedua kaki selalu menyentuh tanah
 - b. Kalau jalan tegak, sedangkan lari agak sedikit condong kedepan
 - c. Ada saatnya kedua kaki melayang diudara
 - d. Jalan selalu lambat, sedangkan lari selalu cepat
9. Pada saat melakukan jalan cepat ayunan siku ditekuk dengan sudut derajat
 - a. 70
 - b. 90
 - c. 80
 - d. 100
10. Cara melakukan finish dalam nomor Jalan Cepat, adalah....
 - a. Menggunakan kedua tangan
 - b. Menggunakan dada
 - c. Menggunakan bahu
 - d. Menggunakan salah satu kaki

