

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Besar Bola Basket (Lay Up)
Kelas/Semester : XI/Genap
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menerapkan keterampilan lay up dengan lancar
2. Siswa mampu mempraktekan keterampilan lay up dengan bola masuk ke kranjang

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak lay up, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh lay up

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan lay up (terlampir)
3. Psykomotor : Mempraktikan pelaksanaan lay up. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah tentang pelaksanaan lay up ?.

No	Nama	Lay Up	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu merapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu merapkan cukup sempurna
76-79	Merapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa merapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Lay Up	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Lay Up

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna bola masuk
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna dengan bola masuk
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna dengan bola masuk
75	Tidak bisa melakukan dengan bola masuk

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Besar Bola Basket (Kombinasi)
Kelas/Semester : XI/Genap
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menerapkan keterampilan kombinasi dribble dan pivot dengan lancar
2. Siswa mampu mempraktekan keterampilan kombinasi dribble dan pivot **dengan jarak 5 meter**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak kombinasi dribel dan pivot, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh kombinasi dribel dan pivot

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan kombinasi dribel dan pivot (terlampir)
3. Psykomotor : Mempraktikan pelaksanaan kombinasi dribel dan pivot. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah tentang pelaksanaan kombinasi dribel dan pivot.

No	Nama	Kombinasi	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu merapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu merapkan cukup sempurna
76-79	Merapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa merapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Kombinasi	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Kombinasi

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna dalam jarak 5 meter
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna dalam jarak 5 meter
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna dalam jarak 5 meter
75	Tidak bisa melakukan dengan sempurna

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Besar Bola Voli (Pasing Atas)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak pasing atas dalam voli dengan lancar
2. Siswa mampu Mempraktikan keterampilan gerak pasing atas dalam voli dengan **30 pasing dalam 1 menit**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak pasing atas dalam voli, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh pasing atas

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revidi indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan pasing atas, (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikan pelaksanaan pasing atas. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah yang kalian pelajari tentang pasing atas

No	Nama	Pasing atas	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Pasing atas	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Pasing atas

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan lebih dari 30 kali
80 – 89	Mampu melakukan 25-30 kali
76-79	Mampu melakukan 20-24 kali
75	Melakukan di atas 20 kali

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Besar Bola Voli (Pasing Bawah)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak pasing bawah dalam voli dengan lancar
2. Siswa mampu Mempraktikan keterampilan gerak pasing bawah dalam voli dengan **30 pasing dalam 1 menit**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak pasing bawah dalam voli, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh pasing bawah

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan pasing bawah, (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikan pelaksanaan pasing bawah. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah yang kalian pelajari tentang pasing bawah

No	Nama	Pasing bawah	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Pasing bawah	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Pasing bawah

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan lebih dari 30 kali
80 – 89	Mampu melakukan 25-30 kali
76-79	Mampu melakukan 20-24 kali
75	Melakukan di bawah 20 kali

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Besar Bola Voli (Servis)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis dalam voli dengan lancar
2. Siswa mampu Mempraktikan keterampilan gerak servis dalam voli dengan **bola masuk ke arah sasaran**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan servis dalam voli, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh servis

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revidi indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan servis (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikan pelaksanaan servis. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah yang kalian pelajari tentang servis

No	Nama	Servis	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Servis	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Servis

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna kearah sasaran
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna kearah sasaran
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna kearah sasaran
75	Tidak bisa melakukan kearah sasaran

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Kecil (Bulutangkis)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis bulutangkis dengan lancar
2. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak smash bulutangkis dengan lancar
3. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis bulutangkis **masuk ke area servis**
4. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis bulutangkis **dengan bola masuk ke sasaran**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak servis dan smash bulutangkis dan tenis meja, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh servis bulutangkis (**pertemuan 1**), smash bulutangkis (**pertemuan 2**)

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revidi indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan servis dan smash bulutangkis (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan servis dan smash bulutangkis (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Apa yang kalian pelajari tentang servis bulutangkis
 Apa yang kalian pelajari tentang smash bulutangkis

No	Nama	Servis Bulutangkis	Smash Bulutangkis	Nilai Akhir
1				
dst				

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

$$NA = \frac{\text{Nilai servis bulutangkis} + \text{Nilai smash bulutangkis}}{2}$$

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Servis Bulutangkis	Smash Bulutangkis	Nilai Akhir
1				
dst				

Tabel servis

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna servis masuk ke area servis
80 – 89	Mampu melakukan servis masuk ke area servis
76-79	Cukup Mampu melakukan servis masuk ke area servis
75	Kurang Melakukan servis masuk ke area servis

Tabel Smash

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna kearah sasaran
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna kearah sasaran
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna kearah sasaran
75	Tidak bisa melakukan kearah sasaran

$$NA = \frac{\text{Nilai servis bulutangkis} + \text{Nilai smash bulutangkis}}{2}$$

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Kecil Tenis meja (Servis)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis tenis meja dengan lancar
2. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak servis tenis meja **dengan putaran bola top spin**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak servis dalam tenis meja, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh servis tenis meja

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif :Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan servis tenis meja (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan servis tenis meja. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020
Guru PJOK
Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah yang kalian pelajari tentang servis tenis meja

No	Nama	Servis Tenis meja	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Servis Tenis meja	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Servis

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna putaran top spin
80 – 89	Mampu melakukan putaran top spin
76-79	Cukup Mampu melakukan putaran top spin
75	Kurang mampu Melakukan putaran top spin

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Teknik Dasar Permainan Bola Kecil Tenis meja (Smash)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak smash tenis meja dengan lancar
2. Siswa mampu Menerapkan keterampilan gerak smash tenis meja **dengan bola masuk ke arah sasaran**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan smash tenis meja, Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh smash tenis meja

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif :Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan smash tenis meja (terlampir)
3. Psykomotor : Mempraktikkan pelaksanaan smash tenis meja. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Terapkanlah yang kalian pelajari tentang smash tenis meja

No	Nama	Smash Tenis meja	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menerapkan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menerapkan cukup sempurna
76-79	Menerapkan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menerapkan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Smash Tenis meja	Nilai Akhir
1			
dst			

Tabel Smash

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan dengan sempurna kearah sasaran
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna kearah sasaran
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna kearah sasaran

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Atletik (Lari Jarak Menengah)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis keterampilan gerak lari jarak menengah
2. Siswa mampu mempraktikkan keterampilan gerak lari jarak menengah **800 meter waktu minimal 4 menit**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan gerak), lari jarak Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan lari jarak menengah yang diberikan

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revid indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan gerakan lari jarak menengah (terlampir)
3. Psykomotor : Mempraktikkan pelaksanaan gerakan lari jarak menengah 800 meter. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah gerakan langkah lari jarak pendek?

No	Nama	Lari jarak menengah
1		
2		
dst		

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menganalisis dengan sempurna
80 – 89	Mampu menganalisis cukup sempurna
76-79	Kurang mampu menganalisis
75	Tidak bisa menganalisis

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Lari jarak menengah
1		
dst		

Nilai	Lari jarak Menengah Jika Siswa:
90 – 100	Mampu melakukan di bawah 4 menit
80 – 89	Mampu melakukan 4.01- 4.30 menit
76-79	Mampu melakukan 4.31-5 menit
75	Mampu melakukan diatas 5 menit

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Atletik (Lompat Jauh)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis keterampilan Lompat Jauh
2. Siswa mampu mempraktikkan langkah gerakan kaki keterampilan Lompat jauh dengan **gaya walk in the air**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan gerak lompat jauh Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh : lompat jauh yang diberikan

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revidi indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan gerakan lompat jauh (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan gerakan Lompat jauh walk in the air.(terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah ayunan kaki gerakan walk in the air?

No	Nama	Lompat jauh
1		
2		
dst		

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menganalisis dengan sempurna
80 – 89	Mampu menganalisis cukup sempurna
76-79	Kurang mampu menganalisis
75	Tidak bisa menganalisis

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Lari Jarak pendek	Lari jarak menengah	Lompat jauh
1				
dst				

Instrumen penilaian Lompat jauh

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Sangat Mampu melakukan langkah-langkah lompat jauh gaya walk in the air
80 – 89	Mampu melakukan langkah-langkah lompat jauh gaya walk in the air
76-79	Cukup Mampu melakukan langkah-langkah lompat jauh gaya walk in the air
75	Kurang Mampu melakukan langkah-langkah lompat jauh gaya walk in the air

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Atletik (Lari Jarak Pendek)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis keterampilan gerak lari jarak pendek
2. Siswa mampu mempraktikkan keterampilan gerak lari jarak pendek **400 meter waktu minimal 1.30 menit**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan gerak lari jarak pendek. Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan lari jarak pendek yang diberikan

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revid indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan gerakan lari jarak pendek (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan gerakan lari jarak pendek 400 meter (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	CukupAktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah gerakan langkah lari jarak pendek?

No	Nama	Lari jarak pendek
1		
2		
dst		

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menganalisis dengan sempurna
80 – 89	Mampu menganalisis cukup sempurna
76-79	Kurang mampu menganalisis
75	Tidak bisa menganalisis

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Lari Jarak pendek
1		
dst		

Nilai	Lari jarak Pendek Jika Siswa:
90 – 100	Mampu melakukan di bawah 1.30 menit
80 – 89	Mampu melakukan 1.31- 2 menit
76-79	Mampu melakukan 2.01-2.30 menit
75	Mampu melakukan diatas 2.31 menit

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Beladiri Karate (Pukulan)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis teknik pukulan giyaku dengan baik
2. Siswa mampu mempraktikkan keterampilan pukulan giyaku kearah ulu hati

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingat kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak Dalam gerakan pukulan giyaku Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh pukulan giyaku yang diberikan guru

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menganalisis tentang pelaksanaan pukulan giyaku tsuki (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan pukulan giyaku, (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah gerakan pukulan giyaku

No	Nama	pukulan	Tendangan	Tangkisan	Nilai Akhir
1					
2					
dst					

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menjenjelaskan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menjenjelaskan cukup sempurna
76-79	Menjenjelaskan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menjelaskan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	pukulan	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan gerakan pukulan, kearah sesuai target
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna gerakan pukulan, kearah sesuai target
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna gerakan pukulan kearah sesuai target
75	Tidak bisa melakukan kearah target

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Beladiri Karate (Tangkisan)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis teknik tangkisan age uke dengan baik
2. Siswa mampu mempraktikkan keterampilan tangkisan age uke **tidak terkena pukulan**

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak Dalam gerakan tangkisan age uke Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh tangkisan age uke yang diberikan guru

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui reuiu indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menerapkan tentang pelaksanaan tangkisan age uke (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan tangkisan age uke. (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	CukupAktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah gerakan tangkisan age uke

No	Nama	Tangkisan	Nilai Akhir
1			
2			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menjenjelaskan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menjenjelaskan cukup sempurna
76-79	Menjenjelaskan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menjelaskan

C. Penilaian Psikomotor

No	Nama	pukulan	Tendangan	Tangkisan	Nilai Akhir
1					
dst					

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan gerakan tangkisan kearah sesuai target
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna gerakan tangkisan kearah sesuai target
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna gerakan tangkisan kearah sesuai target
75	Tidak bisa melakukan kearah target

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMK NU MAARIF KUDUS
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Beladiri Karate (Tendangan)
Kelas/Semester : XI/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Alokasi Waktu : 2 x 45 menit (1 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa mampu menganalisis teknik tendangan mawasi dengan baik
2. Siswa mampu mempraktikkan keterampilan tendangan mawasi kearah kepala

B. Kegiatan Pembelajaran

1 Kegiatan Pendahuluan

Orientasi : Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin, Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.

Apersepsi : Pemanasan, Mengaitkan materi pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya, Mengingatkan kembali materi prasyarat dengan bertanya, Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.

Motivasi : Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari, Apabila materi/tema/ projek ini kerjakan dengan baik dan sungguh-sungguh, maka peserta didik diharapkan dapat menjelaskan tentang, Keterampilan Gerak Dalam gerakan tendangan mawasi Mengajukan pertanyaan stimulus secara singkat.

Pemberian Acuan : Menyampaikan kompetensi yang akan dicapai, Menyampaikan garis besar cakupan materi, Menyampaikan metode pembelajaran dan teknik penilaian yang akan digunakan .

2 Kegiatan Inti

Critical Thinking : Guru memberikan kesempatan peserta untuk bertanya yang berkaitan dengan contoh tendangan mawasi yang diberikan guru

Collaboration : Dibentuk kelompok-kelompok praktik, mengumpulkan informasi mengenai materi, mencoba ulang dan saling tukar informasi

Communication : Peserta didik menyimpulkan dan mempraktikkan hasil informasi yg di dapat dari hasil diskusi

Creativity : Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami.

3 Penutup

Peserta didik : Membuat resume dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.

Guru : Memfasilitasi dalam menemukan kesimpulan sementara berdasarkan hasil temuan tentang konsep pertidaksamaan rasional dan irasional, melalui revid indikator yang hendak dicapai, Memberikan tugas kepada peserta didik, dan mengingatkan peserta didik untuk mempelajari materi yang akan dibahas dipertemuan berikutnya maupun mempersiapkan diri menghadapi tes/ evaluasi akhir di pertemuan berikutnya, Memberi salam.

C. Penilaian Pembelajaran

1. Afektif : Saat pembelajaran tentang Kerjasama, Disiplin dan Proaktif (terlampir)
2. Kognitif : Menganalisis tentang pelaksanaan tendangan mawasi (terlampir)
3. Psikomotor : Mempraktikkan pelaksanaan tendangan mawasi, (terlampir)



Kudus, 20 Mei 2020

Guru PJOK

Meka Yulianto, S.Pd, Gr

Lampiran Penilaian

a. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai: Disiplin, Kerjasama, Proaktif

No	Nama	Disiplin	Kerjasama	ProAktif
1				
dst				

SIKAP	Disiplin	Tanggung Jawab	Proaktif
A	Sangat Disiplin	Sangat Kerjasama	Sangat Aktif
B	Disiplin	Kerjasama	Aktif
C	Cukup Disiplin	Cukup Kerjasama	Cukup Aktif
D	Kurang Disiplin	Kurang Kerjasama	Kurang Aktif

b. Penilaian Kognitif

Pertanyaan : Analisislah gerakan tendangan mawasi

No	Nama	Tendangan	Nilai Akhir
1			
2			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu menjenjelaskan dengan sempurna
80 – 89	Mampu menjenjelaskan cukup sempurna
76-79	Menjenjelaskan Kurang sempurna
75	Tidak bisa menjelaskan

c. Penilaian Psikomotor

No	Nama	Tendangan Mawasi	Nilai Akhir
1			
dst			

Nilai	Jika Siswa
90 – 100	Mampu melakukan gerakan tendangan, kearah sesuai target
80 – 89	Mampu melakukan cukup sempurna gerakan tendangan, kearah sesuai target
76-79	Mampu melakukan Kurang sempurna gerakan tendangan kearah sesuai target
75	Tidak bisa melakukan kearah target