

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Pembuat : Ali Mashud, S.Pd.,Gr.  
 Sekolah : SMP Negeri 1 Parangupito  
 Email/Surel : [mashudali98@gmail.com](mailto:mashudali98@gmail.com)  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VII / I (Gasal)  
 Materi Pokok : Atletik  
 Alokasi Waktu : ..... (JP)

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4	
		3.3. Memahami gerak spesifik jalan, lari, lompat dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional*)	4.3. Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional*)
	IPK 3	IPK 4	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan tahap-tahap gerakan start jongkok (<i>long, medium dan short</i>) dalam lari jarak pendek serta peraturan yang ada didalamnya.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memaparkan dan atau mempraktikkan tahap-tahap gerakan start jongkok (<i>long, medium dan short</i>) dalam lari jarak pendek serta pemilihan yang tepat saat pelaksanaannya</li> </ul>	
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran			
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran		
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Model:</b> <i>Inquiry/Discovery Learning</i></li> <li><b>Metode:</b> Penugasan, Diskusi group (kelompok belajar)</li> <li><b>Media dan Alat Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Video Pembelajaran</li> <li>LKPD</li> <li>Buku Paket</li> <li>Handphone Android</li> <li>Whats App Group</li> <li>Google Form</li> </ul> </li> <li><b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Muhajir. 2016. PJOK (Buku siswa). Jakarta: Kemdikbud (121-136).</li> <li>Muhajir. 2016. PJOK (Buku guru). Jakarta: Kemdikbud (121-136).</li> </ul> </li> <li><b>Materi:</b> Lari Jarak Pendek</li> <li><b>Fokus Penguatan Karakter:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Berani</li> <li>Percaya diri</li> <li>Kerja sama</li> <li>Menghargai sesama</li> <li>Pantang menyerah</li> </ul> </li> </ul> <p>* Apabila situasi dan kondisi memungkinkan, sesekali pembelajaran dilakukan dengan cara tatap muka menggunakan kelas teams</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kegiatan Pendahuluan                     <ol style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik bangun pagi dan mempersiapkan diri untuk mengikuti serangkaian proses belajar jarak jauh.</li> <li>Guru melakukan presensi jarak jauh melalui <i>whats app group</i>.</li> <li>Guru memimpin berdoa sesuai kepercayaan masing-masing melalui <i>whats app group</i>.</li> <li>Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dipelajari via <i>whats app group</i>.</li> </ol> </li> <li>Kegiatan Inti                     <ol style="list-style-type: none"> <li>Merumuskan Pertanyaan                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Guru menjelaskan secara singkat terkait materi melalui <i>voice note</i> dan atau <i>chat</i> di <i>whats app group</i>.</li> <li>Guru mengarahkan peserta didik untuk mempelajari lebih lanjut terkait materi di buku paket halaman 121-136 dengan materi lari jarak pendek.</li> <li>Untuk memperkuat penyampaian materi, guru menggunakan video pembelajaran dengan cara mengirim link video di <i>whats app group</i>.</li> </ul> </li> <li>Merencanakan                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Guru memberikan waktu khusus (menyesuaikan) untuk peserta didik mempelajari materi yang ada di buku paket tersebut dan menentukan jam berapa lagi tatap muka daring bisa dimulai kembali.</li> <li>Setelah waktu habis, maka tatap muka daring dimulai lagi melalui <i>whats app group</i>.</li> </ul> </li> <li>Mengumpulkan &amp; Menganalisis Data                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Peserta didik mempelajari materi yang disampaikan oleh guru.</li> <li>Guru terus memantau apabila ada peserta didik yang kesulitan dan ingin bertanya.</li> <li>Setelah pendalaman materi selesai, maka langkah guru selanjutnya sebagai berikut:                                     <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Guru menginstruksikan kepada peserta didik untuk mengerjakan soal pilihan ganda pada buku paket halaman 158-159.</li> <li>❖ Setelah selesai, maka dibahas secara bersama-sama melalui <i>whats app group</i>.</li> <li>❖ Langkah berikutnya yaitu peserta didik ditugaskan untuk mencari gambar tentang lari jarak pendek, lalu gambar tersebut dibuat klipping sederhana di buku tulis tugas masing-masing.</li> <li>❖ Selain itu, dirumah praktik jenis start yang dipilih dengan cara di foto.</li> <li>❖ Waktu penyelesaian dua tugas diatas 3 x 24 jam dan dikirim via wa kepada guru mata pelajaran yang bersangkutan.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>Menarik Simpulan                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Guru dan peserta didik bersama-sama menyimpulkan sebagai wujud dari hasil proses belajar yang telah dilaksanakan.</li> </ul> </li> <li>Aplikasi dan Tindak lanjut                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Guru menjadi fasilitator selama proses pembelajaran dan mengamati dari hasil proses belajar peserta didik melalui diskusi bersama dalam <i>whats app group</i>.</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>Kegiatan Penutup (15 menit)                     <ol style="list-style-type: none"> <li>Guru menarik kesimpulan terkait materi yang telah dipelajari melalui <i>whats app group</i>.</li> <li>Sebelum pembelajaran ditutup, guru memberikan tugas berupa soal online dalam bentuk <i>google form</i> dengan batas waktu pengerjaan 2 x 24 jam.</li> <li>Link soal pada <i>google form</i> akan dikirim melalui <i>whats app group</i>.</li> <li>Guru menunjuk salah satu peserta didik untuk memimpin doa melalui <i>whats app group</i>.</li> </ol> </li> </ol>		
Asesment: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis atau penugasan ( <i>Google Form/Quiz</i> ) c. Keterampilan : Tes praktik atau portopolio (lembar tugas)			
Tagihan materi gerak spesifik lari jarak pendek.	Pengetahuan		Keterampilan
	LKS / Paket	Google Form	Projek
	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kerjakan soal pilihan ganda (11-20) pada buku paket halaman 158-159.</li> <li>Kerjakan soal latihan pada link berikut:</li> </ol>		<ol style="list-style-type: none"> <li>Buatlah kliping tentang aktivitas lari jarak pendek di buku tugas kalian masing-masing!</li> <li>Foto jenis start yang dipilih yang cocok dengan karakteristik peserta didik masing-masing.</li> </ol>