

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SMP NEGERI 4 SATU ATAP SUKOHARJO
Kelas / Semester	: IX / Ganjil
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pembelajaran	: Kombinasi gerak Lari Jarak Pendek
Alokasi Waktu	: 4 Minggu x 3 Jam Pelajaran @40 Menit

A. Kompetensi Inti

- Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya serta Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, dan kawasan regional.
- Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif, dalam ranah konkret dan ranah abstrak sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang teori.

B. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.3 Memahami kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional. *)	<ul style="list-style-type: none">• Memahami kombinasi <i>start</i> dengan ayunan lengan• Memahami kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan• Memahami kombinasi <i>start</i>, langkah kaki, dan ayunan lengan• Memahami kombinasi <i>start</i>, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis <i>finish</i>
4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional. *)	<ul style="list-style-type: none">• Mempraktikkan kombinasi gerak spesifik lari jarak pendek (<i>start</i> dengan ayunan lengan; langkah kaki dengan ayunan lengan; <i>start</i>, langkah kaki, dan ayunan lengan; <i>start</i>, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis <i>finish</i>)

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- Memahami kombinasi start dengan ayunan lengan
- Memahami kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan
- Memahami kombinasi start, langkah kaki, dan ayunan lengan
- Memahami kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish
- Mempraktikkan kombinasi gerak spesifik lari jarak pendek (start dengan ayunan lengan; langkah kaki dengan ayunan lengan; start, langkah kaki, dan ayunan lengan; start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish).

D. Materi Pembelajaran

Lari Jarak Pendek:

- Kombinasi start dengan ayunan lengan.
- Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.
- Kombinasi start, langkah kaki, dan ayunan lengan .
- Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish.

E. Metode Pembelajaran

Metode yang digunakan dalam pembelajaran aktivitas lari jarak pendek antara lain.

- Inclusive (cakupan).
- Demonstrasi.
- Part and whole (bagian dan keseluruhan).
- Resiprocal (timbang-balik).
- Pendekatan Saintifik.

F. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Gambar variasi dan kombinasi gerak spesifik start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek.
- b. Video pembelajaran variasi dan kombinasi gerak spesifik start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek.

2. Alat dan Bahan:

- a. Laptop
- b. Lapangan atletik atau lapangan sejenisnya (halaman sekolah).
- c. Start block atau bola sejenisnya.
- d. Tali pembatas.
- e. Bendera start.
- f. Peluit dan Stopwatch.

G. Sumber Belajar

1. Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan kelas IX, Buku PJOK Kurikulum 2013.
2. Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas IX, Buku PJOK Kurikulum 2013.
3. Gambar pelaksanaan start jongkok <https://images.app.goo.gl/YwphHwteWW5ahvRMA>
4. Gambar teknik gerakan kaki lari jarak pendek <https://images.app.goo.gl/SuyAZcak1uNE8ydK8>
5. Gambar teknik memasuki garis finis. <https://images.app.goo.gl/DRCYVNoHsEQjo6Nh9>
6. Video pelaksanaan start jongkok https://youtu.be/5H2Uwo06v_U
7. Video pembelajaran variasi gerak lari sprint <https://youtu.be/mWUFmgthYAM>
8. Video pertandingan lari jarak pendek <https://youtu.be/9BsDZ-PFhOU>

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Pertemuan Pertama 3 x 40 menit

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran menggunakan google meet.2. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin.3. Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya.4. Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan.5. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.6. Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung.7. Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu.8. Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan	15 menit

	<p>KKM pada pertemuan yang berlangsung.</p> <p>9. Pembagian kelompok belajar.</p> <p>10. Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran.</p>	
Kegiatan inti	<p>1. Mengamati</p> <p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi Kombinasi start dengan ayunan lengan dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menayangkan gambar tentang pelaksanaan start jongkok https://images.app.goo.gl/YwphHwteWW5ahvRMA • Menayangkan video tentang teknik start jongkok https://youtu.be/5H2Uwo06v_U • Peserta didik menulis resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait Kombinasi start dengan ayunan lengan. • Pemberian materi Kombinasi start dengan ayunan lengan oleh guru. • Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi Kombinasi start dengan ayunan lengan. 	90menit
	<p>2. Menanya</p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <p>Mengajukan pertanyaan tentang materi :</p> <p>Kombinasi start dengan ayunan lengan yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat.</p>	
	<p>3. Mengumpulkan Informasi</p> <p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati dengan seksama materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari dalam bentuk gambar/video/slide presentasi yang disajikan dan mencoba menginterpretasikannya. • Secara disiplin melakukan kegiatan literasi dengan mencari dan membaca berbagai referensi dari berbagai sumber guna menambah pengetahuan dan pemahaman tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari. • Menyusun daftar pertanyaan atas hal-hal yang belum dapat dipahami dari kegiatan mengamati dan membaca yang akan diajukan kepada guru berkaitan dengan materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari. • Mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang telah disusun dalam daftar pertanyaan kepada guru. <p>Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi Kombinasi start dengan ayunan lengan. 	

- Mencatat semua informasi tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang telah diperoleh pada buku catatan dengan tulisan yang rapi dan menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar.
- Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan materi dengan rasa percaya diri Kombinasi start dengan ayunan lengan sesuai dengan pemahamannya.
- Saling tukar informasi tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan.

dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.

4. Mengkomunikasikan

Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :

- Berdiskusi tentang data dari Materi Kombinasi start dengan ayunan lengan.
- Mengolah informasi dari materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.
- Peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai materi Kombinasi start dengan ayunan lengan.
- Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan.
- Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas jawaban soal-soal yang telah dikerjakan oleh peserta didik.

5. Mengasosiasikan.

Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan:

- Menyampaikan hasil diskusi tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan.
- Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan.
- Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan dan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan.

	<ul style="list-style-type: none"> Bertanya atas presentasi tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya. <p>Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa :</p> <ul style="list-style-type: none"> Laporan hasil pengamatan secara <i>tertulis</i> tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan. Menjawab pertanyaan tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan. Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang akan selesai dipelajari. Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran. 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> Membuat resume (CREATIVITY) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru dilakukan. Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru diselesaikan. Mengagendakan materi atau tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajari pada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau dirumah. Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan. Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas projek/ produk/ portofolio/ unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas. Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik. 	

2. Pertemuan kedua 3 x 40 menit

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran menggunakan google meet. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya. Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung. 	15 menit

	<p>7. Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu.</p> <p>8. Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung.</p> <p>9. Pembagian kelompok belajar.</p> <p>10. Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran.</p>	
<p>Kegiatan inti</p>	<p>1. Mengamati Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan literasi ini dilakukan di rumah dan di sekolah dengan membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang dilakukan sebelum kegiatan pembelajaran. • Menayangkan gambar tentang kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan melalui https://images.app.goo.gl/SuyAZcak1uNE8ydK8 • Menayangkan video tentang kombinasi langkah dengan ayunan tangan https://youtu.be/mWUFmgthYAM • Menulis resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan oleh peserta didik. • Pemberian materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan oleh guru. • Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan. <p>2. Menanya Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya: Mengajukan pertanyaan tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan. yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat.</p> <p>3. Mengumpulkan Informasi Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati dengan seksama materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari dalam bentuk gambar/video/slide presentasi yang disajikan dan mencoba menginterpretasikannya. • Secara disiplin melakukan kegiatan literasi dengan mencari dan membaca berbagai referensi dari berbagai sumber guna menambah pengetahuan dan pemahaman tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari. 	<p>90menit</p>

- Menyusun daftar pertanyaan atas hal-hal yang belum dapat dipahami dari kegiatan mengamati dan membaca yang akan diajukan kepada guru berkaitan dengan materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang sedang dipelajari.
- Mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang telah disusun dalam daftar pertanyaan kepada guru.

Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk:

- Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.
- Mencatat semua informasi tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang telah diperoleh pada buku catatan dengan tulisan yang rapi dan menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar.
- Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan materi dengan rasa percaya diri Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan sesuai dengan pemahamannya.
- Saling tukar informasi tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.

dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.

4. Mengkomunikasikan

Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :

- Berdiskusi tentang data dari Materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.
- Mengolah informasi dari materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja.
- Peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.

Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan :

- Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan.

	<p>5. Mengasosiasikan.</p> <p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menyampaikan hasil diskusi tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan. • Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan. • Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan dan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan. • Bertanya atas presentasi tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya. • Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan. • Menjawab pertanyaan tentang materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan. • Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang akan selesai dipelajari. • Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi Kombinasi langkah kaki dengan ayunan lengan yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran. 	
<p>Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat resume (CREATIVITY) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru dilakukan. 2. Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru diselesaikan. 3. Mengagendakan materi atau tugas proyek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajarai pada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau dirumah. 4. Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan. 5. Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas proyek/produk/portofolio/unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas. 6. Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik. 	<p>15 menit</p>

3. Pertemuan ketiga 3 x 40 menit

KEGIATAN	DESKRIPSI KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, memanjatkan syukur kepada Tuhan YME dan berdoa untuk memulai pembelajaran menggunakan google meet. 2. Memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin. 3. Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya. 4. Mengajukan pertanyaan yang ada keterkaitannya dengan pelajaran yang akan dilakukan. 5. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. 6. Menyampaikan tujuan pembelajaran pada pertemuan yang berlangsung. 7. Memberitahukan materi pelajaran yang akan dibahas pada pertemuan saat itu. 8. Memberitahukan tentang kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator, dan KKM pada pertemuan yang berlangsung. 9. Pembagian kelompok belajar. 10. Menjelaskan mekanisme pelaksanaan pengalaman belajar sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran. 	15 menit
Kegiatan inti	<p>1 Mengamati Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kegiatan literasi ini dilakukan di rumah dan di sekolah dengan membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang dilakukan diluar jam pembelajaran. • Menayangkan gambar tentang Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish https://images.app.goo.gl/DRCYVNoHsEQjo6Nh9 • Menayangkan video tentang Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish https://youtu.be/mWUFmgthYAM • Menayangkan video pertandingan lari sprint https://youtu.be/9BsDZ-PFhOU • Pemberian contoh-contoh materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish untuk dapat dikembangkan peserta didik, dari media interaktif, dsb. • Menulis resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. • Pemberian materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish oleh guru. • Penjelasan pengantar kegiatan secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. 	90menit

	<p>2. Menanya</p> <p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <p>Mengajukan pertanyaan tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish.</p> <p>yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat.</p>	
	<p>3. Mengumpulkan Informasi</p> <p>Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati dengan seksama materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang sedang dipelajari dalam bentuk gambar/video/slide presentasi yang disajikan dan mencoba menginterpretasikannya. • Secara disiplin melakukan kegiatan literasi dengan mencari dan membaca berbagai referensi dari berbagai sumber guna menambah pengetahuan dan pemahaman tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang sedang dipelajari. • Menyusun daftar pertanyaan atas hal-hal yang belum dapat dipahami dari kegiatan mengamati dan membaca yang akan diajukan kepada guru berkaitan dengan materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang sedang dipelajari. • Mengajukan pertanyaan berkaitan dengan materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang telah disusun dalam daftar pertanyaan kepada guru. <p>Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. • Mencatat semua informasi tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang telah diperoleh pada buku catatan dengan tulisan yang rapi dan menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar. • Peserta didik mengkomunikasikan secara lisan atau mempresentasikan materi dengan rasa percaya diri Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish sesuai dengan pemahamannya. • Saling tukar informasi tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. <p>dengan ditanggapi aktif oleh peserta didik dari kelompok lainnya sehingga diperoleh sebuah pengetahuan baru yang dapat dijadikan sebagai bahan diskusi kelompok kemudian, dengan menggunakan metode ilmiah yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang disediakan dengan cermat untuk mengembangkan sikap teliti, jujur, sopan, menghargai pendapat orang lain, kemampuan berkomunikasi, menerapkan kemampuan mengumpulkan informasi melalui berbagai cara yang dipelajari, mengembangkan kebiasaan belajar dan belajar sepanjang hayat.</p>	

	<p>4. Mengkomunikasikan</p> <p>Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdiskusi tentang data dari Materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. • Mengolah informasi dari materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang sudah dikumpulkan dari hasil kegiatan/pertemuan sebelumnya mau pun hasil dari kegiatan mengamati dan kegiatan mengumpulkan informasi yang sedang berlangsung dengan bantuan pertanyaan-pertanyaan pada lembar kerja. • Peserta didik mengerjakan beberapa soal mengenai materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. <p>Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menambah keluasan dan kedalaman sampai kepada pengolahan informasi yang bersifat mencari solusi dari berbagai sumber yang memiliki pendapat yang berbeda sampai kepada yang bertentangan untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, disiplin, taat aturan, kerja keras, kemampuan menerapkan prosedur dan kemampuan berpikir induktif serta deduktif dalam membuktikan tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. 	
	<p>5. Mengasosiasikan.</p> <p>Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menyampaikan hasil diskusi tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan. • Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. • Mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish dan ditanggapi oleh kelompok yang mempresentasikan. • Bertanya atas presentasi tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang dilakukan dan peserta didik lain diberi kesempatan untuk menjawabnya. <p>Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laporan hasil pengamatan secara tertulis tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish. • Menjawab pertanyaan tentang materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang terdapat pada buku pegangan peserta didik atau lembar kerja yang telah disediakan. • Bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang akan selesai dipelajari. • Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi Kombinasi start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish yang terdapat pada buku 	

	pegangan peserta didik atau pada lembar kerja yang telah disediakan secara individu untuk mengecek penguasaan siswa terhadap materi pelajaran.	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat resume (CREATIVITY) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru dilakukan. 2. Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan yang baru diselesaikan. 3. Mengagendakan materi atau tugas proyek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajari pada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau dirumah. 4. Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan. 5. Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas proyek/produk/portofolio/unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas. 6. Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran Kombinasi start dengan ayunan lengan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik. 	

I. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik penilaian

a. Penilaian kompetensi pengetahuan

- 1) Tes tertulis
 - Berupa uraian/esai menggunakan google form
- 2) Tes lisan

b. Penilaian kompetensi keterampilan

- 1) Tes praktek – rubrik penilaian melalui upload video lewat grup whatsapp
- 2) Portofolio
- 3) Produk

2. Instrumen penilaian (terlampir)

Kepala Sekolah

Wonosobo, 1 Juli 2020
Guru Mapel PJOK

TEGUH BUDI RAHARJO EKO SAPUTRA, M.Pd
NIP. 19800223 200501 1 009

SUHARDI, S.Pd
NIP. -