

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 1 Belitang Hulu  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII / Ganjil  
Materi Pokok : Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh  
Alokasi Waktu : 3 x JP @40 Menit

### A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- Menganalisis berbagai gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat.
- Menggabungkan berbagai gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat dalam bentuk perlombaan lompat jauh menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

### B. Media Pembelajaran dan Sumber Belajar

- **Media** : STUDYSASTER merupakan sebuah inovasi berupa model pembelajaran untuk mengintegrasikan pendidikan dalam kegiatan belajar mengajar, dengan tujuan meningkatkan minat siswa belajar..
- **Sumber belajar** : Buku PJOK Kelas VII Kurikulum 2013, Kemendikbud, Internet websiteedukasi.com, Buku referensi lain yang relevan, internet (youtube, blog dan web), narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan

### C. Langkah-Langkah Pembelajaran

Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)	
Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin menggunakan zoom meet	
Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat dan menghubungkan dengan materi selanjutnya.	
Menyampaikan motivasi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan dan manfaat) dengan mempelajari materi : <b>Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh (gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat lompat jauh)</b>	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh.	
Kegiatan Inti ( 60 Menit)	
<b>Kegiatan Literasi</b>	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi komponen elektronika dengan cara melihat, mengamati, membaca melalui tayangan yang di tampilkan melalui zoom/meet. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YfcBhkkwFJY">https://www.youtube.com/watch?v=YfcBhkkwFJY</a>
<b>Critical Thinking</b>	Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar khususnya pada materi <b>Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh (gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat lompat jauh)</b> . Melalui <b>google classrom</b>
<b>Collaboration</b>	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <b>Aktivitas Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh (gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat lompat jauh)</b> . Melalui <b>zoom</b>
<b>Communication</b>	Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan, melalui WA grup dan meet
<b>Creativity</b>	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <b>Pembelajaran Atletik Melalui Lompat Jauh (gerak spesifik awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat lompat jauh)</b> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami.
Penutup (15 Menit)	
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.</li><li>➤ Guru memberikan penguatan terhadap materi yang sudah dipelajari dengan memberikan penugasan dan menyampaikan rencana pembelajaran selanjutnya, serta diakhiri salam penutup.</li></ul>	

### D. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian Sikap: Observasi dalam proses pembelajaran
2. Penilaian Pengetahuan: tes tertulis melalui google classroom
3. Penilaian Keterampilan: membuat video lompat jauh dengan memperhatikan gerak spesifik, awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Yang dikirimkan melalui WA , email guru atau dengan tautan link google drive

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Belitang Hulu, September 2020  
Guru Mata Pelajaran

**ADRIANA ENYTA, S.Pd.**  
NIP. 19691012 200701 2 028

**ASWANI, S.Pd.**  
NIP. 19900812 201503 1 001