

PERENCANAAN PEMBELAJARAN (PP DARING)

Nama Sekolah : **SMPIT AL-UKHUWAH**
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / Ganjil
Materi Pokok : Aktivitas Pembelajaran Bela diri Melalui Pencak Silat
Alokasi Waktu : 1 X 60 Menit (**1 x Pertemuan/daring**)

A. Kompetensi Dasar Dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.4 Memahami konsep gerak spesifik seni beladiri. (**)	3.4.1. Mengidentifikasi gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 3.4.2. Menjelaskan cara melakukan gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 3.4.3. Menganalisis gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat.
4.4 Mempraktikkan gerak spesifik seni beladiri. (**)	4.4.1. Mempraktikkan gerak spesifik kuda-kuda, dalam pencak silat.

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. (**religius**)
2. Mengirim dan mengerjakan tugas tepat waktu (**tanggung jawab**)
3. Mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh (**disiplin**)
4. Melalui pengamatan tayangan video/gambar peserta didik dapat mengidentifikasi gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat dengan baik dan benar
5. Melalui pengamatan tayangan video/gambar peserta didik dapat menjelaskan cara melakukan gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat dengan baik dan benar
6. Melalui pengamatan tayangan video/gambar peserta didik dapat menganalisis gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat agar mendapatkan hasil yg maksimal.
7. Melalui pengamatan tayangan video/gambar peserta didik dapat mempraktikkan gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat dengan gerakan yang sudah baik dan benar

C. Materi Pembelajaran

Aktivitas Pembelajaran Gerak Spesifik seni bela diri Pencak Silat
Sub materi ; Gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat

D. Metode Pembelajaran

Metode yang digunakan dalam pembelajaran aktivitas pencak silat antara lain.

- Pendekatan TPACK
- Metode pembelajaran discovery Learning
- Pendekatan Model pembelajaran Jarak Jauh (Daring) menggunakan aplikasi Zoom Meet dan WAG (WhatsApp Grup)

E. Media Pembelajaran

1. Media:

- a. Laptop, Smartphone.
- b. Video pembelajaran Pencak sila (Gerak Spesifik Kuda-Kuda).

Link :

<https://www.youtube.com/watch?v=8H0x1AKlpM4>

https://www.youtube.com/watch?v=Bd_t4j4vnN4

2. Alat dan Bahan:





- a. Halaman atau ruangan di rumah peserta didik
- b. Baju Silat/Pangsi, Jika tidak ada boleh memakai baju olahraga
- c. Alat Tulis

F. Sumber Belajar

Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

Sintak Model Pembelajaran	KEGIATAN PEMBELAJARAN			Alokasi Waktu
		Kegiatan Guru	Kegiatan peserta didik	
	Kegiatan Pendahuluan	<p>Orientasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Melalui <i>google meet</i> guru membuka pertemuan mengucapkan salam dengan penuh syukur dan santun Guru memastikan siswa siap untuk mengikuti pembelajaran dan selalu mengingatkan tentang disiplin mematuhi protokol covid 19 Guru mengajak peserta didik untuk berdoa sebelum dan setelah pelajaran. (<i>Religius</i>) Guru mengabsen kehadiran peserta didik lewat WAG dan atau mengisi kehadiran di gooleform https://forms.gle/z9c1f3Rmzq3p6vYv <p>Apersepsi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Guru mengkaitkan materi dengan pengalaman peserta didik atau dengan materi pembelajaran sebelumnya <p>Motivasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Guru memberikan motivasi pentingnya mempelajari beladiri pencak silat Guru menyampaikan tujuan dan indikator pembelajaran serta rencana penilaian Guru membantu peserta didik dalam merencanakan dan menyiapkan kegiatan pembelajaran tentang gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 	<p>Orientasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menjawab salam guru dengan penuh syukur dan santun Pesreta didik menyiapkan diri, menyimak arahan terkaitmematuhi protokoler Kesehatan dan berdoa Peserta didik menjawab kehadiran Ketika diabsen dan mengisi kehadiran di google form yang dikirim oleh guru Peserta didik mengikuti arahan ice breaking yang diperintahkan guru <p>Apersepsi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengaitkan materi sebelumnya dengan pengalaman peserta didik <p>Motivasi :</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak motivasi dari guru 	10 Menit
Stimulation (stimulasi/ pemberian rangsangan)	Kegiatan Inti	Kegiatan Literasi	Kegiatan Literasi	40 Menit
		<ul style="list-style-type: none"> Guru mengintruksikan peserta didik untuk mengamati, menyimak informasi dan peragaan materi tentang gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat baik yang 	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materitentang gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat baik yang ditayangkan melalui goole meet atau link video dari 	

<p>Problem statemen (pertanyaan/identifikasi masalah)</p>		<p>ditayangkan melalui goole meet atau link video dari Youtube dan atau gambar</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=8H0x1AKlpM4 https://www.youtube.com/watch?v=Bd_t4j4vnN4</p> <p><u>Gambar 1.</u></p>  <p>Gambar 2.</p>  <p>Gambar 3</p>  <p>Gambar 4</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Guru bertanya terkait hal-hal yang sudah diamati melalui video/gambar baik melalui googlemeet/link youtube • Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menganalisis sebanyak mungkin hal yang belum dipahami terkait materi ajar gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 	<p>Youtube dan atau gambar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menjawab terkait hal-hal yang sudah diamati melalui video/gambar baik melalui googlemeet/link youtube • Peserta didik menganalisis sebanyak mungkin hal yang belum dipahami terkait materi gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 	
--	--	---	--	--

<p>Data collection (pengumpulan data)</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Guru menginstruksikan peserta didik melakukan eksperimen atau eksplorasi, guru memberi kesempatan kepada para peserta didik untuk mengumpulkan informasi sebanyak banyaknya mengenai tahapan gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat, Data dapat diperoleh melalui mengamati video, gambar diatas ataupun yang lainnya seperti membaca literatur, mengamati objek, , wawancara dengan narasumber, • Guru mengintruksikan pemanasan terlebih dahulu sebelum melakukan tugas gerak • Guru meninstruksikan melakukan uji coba sendiri mempraktikan tugas gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat 	<ul style="list-style-type: none"> • peserta didik melakukan eksperimen atau eksplorasi, guru memberi kesempatan kepada para peserta didik untuk mengumpulkan informasi sebanyak banyaknya mengenai tahapan gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat, Data dapat diperoleh melalui mengamati video, gambar diatas ataupun yang lainnya seperti membaca literatur, mengamati objek, , wawancara dengan narasumber, • Peserta didik melakukan pemanasan terlebih dahulu • Peserta didik mempraktikan tugas gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat. 	
<p>Data processing (pengolahan Data)</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Guru menginstruksikan peserta didik mengolah data dan informasi yang telah didapat dari hasil eksperimen atau eksplorasi yang terkait dengan materi gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat dan hasil pengolahan data dituangkan dalam LKPD 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengolah data dan informasi yang telah didapat dari hasil eksperimen atau eksplorasi yang terkait dengan materi gerak spesifik kuda-kuda dalam pencak silat dan hasil pengolahan data dituangkan dalam LKPD 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan tugas gerak kepada peserta didik terkait materi diatas dalam bentuk video pembelajaran dan hasil analisis dituangkan dalam LKPD • Guru memberikan tugas untuk mengerjakan latihan- latihan soal pada aplikasi googleform • Guru menjelaskan materi yang akan di pelajari minggu berikutnya • Guru dan siswa secara bersama-sama menutup pembelajaran dengan berdoa 	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik membuat tugas gerak dalam bentuk video pembelajaran dan hasil analisis dituangkan dalam LKPD (Sesudah Pembelajaran Melalui zoom meet) • Peserta didik mengerjakan latihan- latihan soal pada aplikasi googleform. (Sesudah Pembelajaran Melalui zoom meet) • Peserta didik menyimak penjelasan dari guru terkait materi untuk minggu depan • Peserta didik dan guru secara bersama-sama menutup pembelajaran dengan berdoa 	
--	--	---	---	--

H. PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

A. PENILAIAN AFEKTIF

Observasi /Pengamatan

Petunjuk :

Lembar ini diisi oleh guru untuk menilai sikap peserta didik selama mengikuti pembelajaran.

Berilah tanda centang (v) pada kolom skor

Lembar Pengamatan Peserta Didik

Nama Peserta Didik :

Kelas :

Tanggal Pengamatan :

Materi Pokok :

No	Nama Siswa	Sikap			Nilai
		Religius	Tanggung jawab	Disiplin	
1					
2					
3					
4					
5					

Rubrik penilaian :

NILAI (skala 0 – 100)	KRITERIA
90 – 100	Amat Baik (AB)
78 – 89	Baik (B)
66 – 77	Cukup (C)
≤ 65	Kurang (K)

Deksripsi Nilai

90-100 = Sangat Baik(SB) 76-

89 = Baik (B)

61-75 = Kurang Baik (C)

≤ 60 = Buruk

B. Penilaian Pengetahuan

CBT (Computer Based Test)

Petunjuk :

Penilaian yang dilakukan dengan media berbasis komputer, peserta didik menggunakan media elektronik (Laptop, Komputer, Smartphone/HP) dan jaringan internet untuk dapat mengerjakan soal- soal ini secara online.

Guru menggunakan aplikasi *Google Form* untuk membuat soal.

1. Berdiri kuda-kuda salah satu kaki ditarik ke depan dengan lutut tetap ditekuk, sedangkan kaki lainnya di belakang dan berat badan bertumpu di kaki depan merupakan teknik kuda-kuda ...

- a. Depan
- b. Tengah
- c. Belakang
- d. Samping


SKOR : 30

Keterangan:

Soal ini termasuk HOTS karena

- 1. Siswa dapat memahami dan menganalisis gerakan teknik dasar kuda-kuda

2. Silahkan Deskripsikan Gerakan Teknik dasar kuda-kuda dalam pencak silat!

Indikator	Kriteria	Skor
<p>Kuda-kuda Tengah</p>  <p>KUDA-KUDA TENGAH</p> <p>Deskripsi Gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kuda-kuda tengah dilakukan dengan membuka dan menekuk kedua lutut dengan tumpuan berat badan di tengah.2. Posisi kedua telapak kaki	<p>B. Kuda-kuda tengah dilakukan dengan membuka dan menekuk kedua lutut dengan tumpuan berat badan di tengah.</p> <p>C. Posisi kedua telapak kaki serong membentuk sudut 30 derajat, tampak depan tampak samping tampak belakang</p> <p>Penskoran Jika memenuhi 2 kriteria Jika memenuhi 1 kriteria Jika tidak memenuhi kriteria 0</p>	<p>70 50 0</p>

serong membentuk sudut 30 derajat, tampak depan tampak samping tampak belakang	
SKOR	70

Keterangan:

Soal ini termasuk HOTS karena

1. Siswa dapat mendeskripsikan gerakan teknik dasar kuda-kuda tengah

Nilai Pengetahuan ; Soal pilihan ganda + Soal uraian

C. Penilaian Keterampilan

Jurnal Pengamatan Penilaian Keterampilan

Sekolah : SMPIT AL-Ukhuwah
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII/ 1(Satu)

Siswa secara mandiri mempraktekkan gerakan spesifik kuda-kuda dalam pencak silat yang divideokan :

No	Nama	Kuda-kuda				Nilai akhir $\frac{A+B+C+D}{4}$	Keterangan
		Penilaian proses					
		Kuda-kuda tengah	Kuda-kuda depan	Kuda-kuda samping	Kuda-kuda belakang		
1	FAJAR GUNAWIBAWA						
2							
3							
4							

D. REMIDIAL DAN PENGAYAAN

1. REMIDIAL

Berdasarkan hasil pengamatan guru, apa bila ada peserta didik yang belum menguasai kompetensi sesuai KD (dibawah KKM) yang diharapkan maka dilakukan remedial dengan melakukan pengulangan gerakan spesifik kuda-kuda dalam pencak silat.

No	Siswa	Target	Aspek	Materi	Indikator	KBM/ KKM	Bentuk Remedial	Nilai		Keterangan
		KI KD						Awal	Remedial	
1										
2										
3										
4										
5										
dst.										
Keterangan Orang TuaSiswa:										

2. PENGAYAAN

Bagi siswa yang sudah sesuai dan melampaui KKM diberi diberi tugas untuk meringkas materi pola langkah dalam pencak silat

Diketahui,
Kepala SMPIT Al-Ukhuwah

Guru PJOK

Subakti Indrajaya, SH

Fajar Gunawibawa, S.Pd