

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / Ganjil
Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan sepak bola
Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- Memahami variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola
- Memahami variasi dan kombinasi menggiring, menendang/ mengumpan dan menghentikan
- Memahami variasi dan kombinasi menggiring, menghentikan, dan menendang bola ke gawang/ sasaran
- Memahami variasi dan kombinasi melempar bola ke dalam dan menyundul bola
- Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola (menendang/mengumpan dan menghentikan; menggiring, menendang/ mengumpan dan menghentikan bola; menggiring, menghentikan, dan menendang bola ke gawang/sasaran; melempar bola ke dalam dan menyundul bola)

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : Variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola.	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola.
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola.
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola.
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Variasi dan kombinasi menendang/ mengumpan dan menghentikan bola. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / Ganjil
Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan bola voli
Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi servis, passing, smash dan blocking.
- b. Memahami variasi dan kombinasi servis atas, bawah, lompat dan samping. Passing atas dan bawah.
- c. Memahami variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net
- d. Memahami variasi dan kombinasi passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping.
- e. Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli (servis atas dan bawah ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net , passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping)

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net. passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net. passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net. passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping.
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net. passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait variasi dan kombinasi servis ke arah sasaran pada lapangan melalui atas net. passing atas dan bawah bergerak maju, mundur, dan menyamping. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : IX / Ganjil
 Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan bola basket
 Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola.
- b. Memahami variasi dan kombinasi menggiring, mengumpan, pivot, menembak dan rebound.
- c. Memahami variasi dan kombinasi menggiring tinggi dan rendah
- d. Memahami variasi dan kombinasi mengumpan overhead pass (bola dari atas kepala), chest pass (depan dada), bounce pass (memantulkan bola ke bawah), baseball pass (lemparan tiba-tiba), hook pass (mengumpan dengan satu tangan), under pass (mengumpan dari arah pinggang).
- e. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pivot gerakan tipuan pada lawan.
- f. Mempraktikkan variasi dan kombinasi menembak dan rebound

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola.
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait variasi dan kombinasi gerak mengoper, menggiring ,pivot dan menembak bola. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / Ganjil
Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan bulu tangkis
Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash.
- b. Memahami variasi dan kombinasi pukulan servis merupakan pukulan pertama untuk mengawali permainan bulu tangkis
- c. Memahami variasi dan kombinasi pukulan lob pukulan melambung kearah atas dan nantinya menukik kebawah
- d. Memahami variasi dan kombinasi pukulan smash pukulan yang digunakan untuk menyerang dan mematikan pergerakan lawan
- e. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pukulan drive merupakan pukulan kok mendarat dan cepat yang sulit dikembalikan oleh lawan
- f. Mempraktikkan variasi dan kombinasi pukulan dropshot pukulan untuk menempatkan kok secepat dan sedekat mungkin dengan net di area lapangan lawan.

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : Variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash.	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash.
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash.
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash.
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Variasi dan kombinasi pukulan servis, lob, drive, dropshot dan smash. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : IX / Ganjil
Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan aktivitas atletik
Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar
- b. Memahami variasi dan kombinasi jalan cepat, lari jarak pendek, lompat jauh dan tolak peluru.
- c. Memahami variasi dan kombinasi menggiring, menghentikan, dan menendang bola ke gawang/ sasaran
- d. Memahami variasi dan kombinasi jalan cepat, melangkah satu kaki ke depan, melakukan tarikan kaki belakang kedepan, tahap relaksasi dan tahap dorongan.
- e. mempraktikkan variasi dan kombinasi lari jarak pendek, start lari jarak pendek, gerakan lari jarak pendek, gerakan finis.
- f. mempraktikkan variasi dan kombinasi lompat jauh, tahapan awalan, tahapan tolakan/tumpuan, tahap melayang diudara dan tahap mendarat.
- g. mempraktikkan variasi dan kombinasi tolak peluru, gaya menyamping dan membelakangi.

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : Variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar.	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar.
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar.
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar.
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Variasi dan kombinasi gerak jalan, lari, lompat dan lempar. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : IX / Ganjil
 Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam aktivitas kebugaran jasmani
 Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik.
- b. Memahami variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, latihan kekuatan, latihan kelenturan, latihan kecepatan, latihan daya ledak dan latihan daya tahan.

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : Variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik..	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik..
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik..
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik..
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Variasi dan kombinasi latihan kondisi fisik umum, dan mamfaat latihan kondisi fisik.. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : UPTD SMP Negeri 5 Sungailiat
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : IX / Ganjil
 Materi Pokok : Variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam aktivitas pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K)
 Alokasi Waktu : 120 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

- a. Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat.

B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

Media : Laptop, LCD, power point, gambar dan video yang relevan, fasilitas internet, Google Classroom
Sumber Belajar : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, LKS Pjok dan Kesehatan kelas IX dan Internet.

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 dan pemanasan.	
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 & manfaat) dengan mempelajari materi : Variasi dan kombinasi Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat..	
Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
Kegiatan Inti (90 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Variasi dan kombinasi Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat
Berpikir kritis	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Variasi dan kombinasi Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat
kolaborasi	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Variasi dan kombinasi Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat
Komunikasi	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
kreativitas	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Variasi dan kombinasi Memahami variasi dan kombinasi pengertian p3k, macam-macam cedera dan macam-macam alat p3k dan tindakan p3k pada kejadian darurat.. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Mengetahui
Kepala Sekolah UPTD SMPN 5 Sungailiat

Sungailiat,.....,..... 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Drs. Dahlan Simangunsong
NIP.19680703 199412 1 003

Maradona,S.Pd
NIP.