

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP NEGERI 1 SUBANG
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : IX / 2
 Materi Pokok : Peran Aktivitas Fisik Terhadap Pencegahan Penyakit
 Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan (3 JP / 10 menit)

Tujuan Pembelajaran: ✓ Peserta didik dapat mengidentifikasi peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit dengan benar ✓ Peserta didik dapat memaparkan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit dengan benar ✓ Peserta didik dapat mengaplikasikan aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit dalam kegiatan sehari-hari	KD 3	KD 4
	3.10. Memahami peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit.	4.10. Memaparkan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit.
	IPK 3	IPK 4
	<ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit dengan benar. 	<ul style="list-style-type: none"> Mengkaji, mengemas, dan mempresentasikan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit dengan benar.

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> Metode: Pembelajaran jarak jauh / dalam jaringan (daring) dan luar jaringan (luring) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Jaringan internet Laptop Gambar Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Suherman. 2018. PJO. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta Produk: Pemahaman dan penerapan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit Deskripsi: Peserta didik secara individu memahami dan menerapkan peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit. 	<ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru memberi salam, mengajak berdoa sebelum memulai kegiatan pembelajaran, serta memastikan kehadiran dan kesehatan seluruh siswa Guru memberikan apersepsi, menjelaskan tujuan pembelajaran, dan aktivitas yang akan dilakukan serta cara pengerjaannya. Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Guru memberikan penjelasan tentang pengertian aktivitas fisik, hubungan aktivitas fisik dengan kesehatan/kebugaran jasmani, jenis aktivitas fisik, dosis, dan peruntukannya, manfaat jangka panjang aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit. Peserta didik membaca modul, informasi dari internet atau buku paket yang ada tentang hubungan aktivitas fisik dan kesehatan/kebugaran jasmani, jenis aktivitas fisik, dosis, dan peruntukannya, manfaat jangka panjang aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit. Guru mengamati interaksi, diskusi, dan aktivitas pembelajaran yang dilakukan oleh peserta didik secara individu maupun kelompok. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran. Guru menyampaikan materi pembelajaran berikutnya ditutup doa.

Penilaian:

- Sikap : Observasi pembelajaran dan disiplin waktu pengumpulan tugas.
- Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan (luring).
- Keterampilan : Portopolio.

Tagihan 1: (memaparkan materi tentang peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit).	Pengetahuan	Keterampilan		
	1. Kerjakan soal esai pada buku paket Bab X halaman 211!	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan
Tagihan 2: (memahami dan mengaplikasikan materi peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit).	1. Isilah lembar kerja siswa berupa isian tugas gerak atau aktivitas fisik yang dilakukan selama satu pekan! (format terlampir).	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan

Mengetahui dan Menyetujui,
Kepala SMP Negeri 1 Subang

Subang Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

Dra. Hj. Herlina Trisni
NIP. 19610719 198502 001

Im Imaddudin, M.Pd.
NIP. 19811108 201001 1 011