



WEEKLY PLAN

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
PJOK

Sekolah : SMPS SYAFANA ISLAMIC SCHOOL
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VII / Ganjil
 Materi Pokok : Permainan Bola Besar Melalui Permainan Sepak bola
 Alokasi Waktu : 2 JP

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Menjelaskan gerak spesifik mengoper bola permainan sepak bola
2. Menjelaskan gerak spesifik menahan bola permainan sepak bola
3. Melakukan aktivitas fisik di rumah dengan melakukan tugas gerak yang diberikan (1 minute fitness post card)

B. Media Pembelajaran, Alat, BahandanSumberBelajar

1. **Media:** Gambar gerakan, video gerakan dan model siswa
2. **Alat dan Bahan:** Laptop, Camera, HP dan Panduan Pembelajaran Siswa (Judul: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk Kelas VII SMP dan MTs).
3. **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

C. Langkah-Langkah Pembelajaran

| KegiatanPendahuluan (5 Menit) | |
|--|--|
| Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin melalui zoom atau platform digital yang lain. | |
| 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 : Gerak spesifik mengoper dan menahan bola permainan sepakbola dan aktivitas fisik selama di rumah | |
| Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh | |
| Kegiatan Inti (15 Menit) | |
| Kegiatan Literasi | Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberitayangkan dan bahan bacaan terkait materi Gerak spesifik mengoper dan menahan bola permainan sepakbola dan aktivitas fisik selama di rumah |
| Critical Thinking | Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan factual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Gerak spesifik mengoper dan menahan bola permainan sepakbola dan aktivitas fisik selama di rumah |
| Collaboration | Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Gerak spesifik mengoper dan menahan bola permainan sepakbola dan aktivitas fisik selama di rumah |
| Communication | 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 |
| Creativity | Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Gerak spesifik mengoper dan menahan bola permainan sepakbola dan aktivitas fisik selama di rumah . Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami |
| KegiatanPenutup (10 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 kegiatanM pembelajaran yang baru dilakukan. | |

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian Pengetahuan berupa **UjianTulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja dari rumah**

Memeriksa dan Menyetujui
 Kepala SMPS Syafana Islamic School

Tangerang, 13 July 2020
 Guru PJOK