

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : MTs.N 3 Kota Palu  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII / Genap  
Materi Pokok : **Aktivitas Beladiri**  
Alokasi Waktu : 2 x 40 Menit

### A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran online siswa diharapkan dapat :

1. Memahami pengertian aktivitas bela diri

### B. Media Pembelajaran, Alat, dan Sumber Belajar

- ✓ Media : E Learning Madrasah, Google
- ✓ Alat : Smartphone dan Laptop
- ✓ Sumber Belajar : Buku Guru dan Buku Siswa

### C. Penilaian

- ✓ Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis

### D. Langkah-langkah pembelajaran

#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)

- Guru menyapa siswa pada aplikasi E-Learning Madrasah
- Guru memantau absen online siswa yang mengikuti proses pembelajaran dalam E-Learning
- Guru menyampaikan kepada siswa untuk tetap mematuhi aturan yang ditetapkan pemerintah di masa pandemic covid 19
- Guru memberikan apresepsi dan motivasi
- Guru menyampaikan lingkup materi, langkah pembelajaran, dan teknik penilaian.

#### 2. Kegiatan Inti (50 Menit)

- Guru mengupload materi pembelajaran terkait cara melakukan sikap dalam pencak silat (sikap berdiri, jongkok, duduk, berbaring, sikap pasang, dan sikap khusus) dengan benar. pada fitur bahan ajar yang terdapat di aplikasi E-Learning dalam hal ini materi berbentuk modul PDF
- Guru mengarahkan peserta didik untuk mempelajari materi yang telah diupload dan kemudian menjawab soal yang sudah tersedia di lembar kerja siswa pada grup E-Learning Siswa mengamati materi yang telah di upload oleh guru
- Guru mengarahkan kepada siswa untuk bertanya jika siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran ini
- Siswa mengirimkan jawabannya di aplikasi E-learning

#### 3. Kegiatan Penutup (15 Menit)

- Guru dan siswa menyampaikan kesimpulan dan refleksi terhadap pembelajaran
- Guru memberikan penugasan kepada siswa terkait cara melakukan sikap dalam pencak silat (sikap berdiri, jongkok, duduk, berbaring, sikap pasang, dan sikap khusus) dengan benar Guru menyampaikan materi pembelajaran berikutnya.
- Guru mengingatkan kepada siswa untu tetap di rumah dan memakai masker jika keluar rumah
- Guru menutup kegiatan pembelajaran dengan mengucapkan salam dan doa

Mengetahui

Palu, April 2020

Kepala Madrasah

Guru Mata Pelajaran

Hj.Munira,S.Ag

Firmansyah,S.Pd,M.Pd

NIP197010022000032002

