

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : Smp Negeri 1 Kawangkoan  
 Kelas / Semester : VIII / Ganjil  
 Tema : Aktivitas Pengembangan Kebugaran Jasmani Terkait Ketrampilan  
 Sub Tema : Kekuatan dan daya tahan otot, Daya tahan paru-paru dan jantung, Aktivitas latihan kekuatan dan daya tahan )  
 Pembelajaran Ke : 1 ( Pertama )  
 Alokasi Waktu : 10 Menit

A. Tujuan Pembelajaran ( Alokasi Waktu 2 Menit )
Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran ini peserta didik diharapkan dapat <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menjelaskan Konsep Kekuatan dan Daya Tahan Otot</li> <li>➤ Menjelaskan Konsep Kelenturan Persendian</li> <li>➤ Menjelaskan Konsep Daya Tahan Paru-Paru dan Jantung</li> <li>➤ Menjelaskan Bentuk Aktivitas Latihan Kekuatan dan Daya Tahan</li> </ul>

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN (alokasi waktu 6 menit)		Waktu
<b>Pendahuluan</b>		<b>2 menit</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Melakukan pembukaan dengan <b>salam</b> pembuka dan <b>berdoa</b> untuk memulai pembelajaran (<b>religius</b>)</li> <li>❖ Mengecek kehadiran peserta didik</li> <li>❖ Mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan</li> <li>❖ Menyiapkan fisik dan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran.</li> <li>❖ Menyampaikan Tujuan Pembelajaran dan Materi yang akan diajarkan.</li> <li>❖ Mengaitkan materi yang diajarkan dengan materi sebelumnya, mata pelajaran lain dan dalam kehidupan sehari-hari</li> </ul>		
<b>Kegiatan Inti</b>		
<b>Sintak Model Pembelajaran</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran</b>	<b>4 menit</b>
Orientasi peserta didik kepada masalah	<b>Mengamati</b> Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik	
Mengorganisasikan peserta didik	<b>Menanya</b> Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar,	
Membimbing penyelidikan individu dan kelompok	<b>Mengumpulkan informasi</b> Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi.	
Mengembangkan dan menyajikan hasil karya	<b>Mengkomunikasikan</b> Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan Materi yang telah dipelajari.	

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN (alokasi waktu 6 menit)		Waktu
Menganalisa & mengevaluasi proses pemecahan masalah	<b>Mengasosiasikan</b> Peserta didik menganalisa masukan, tanggapan dan koreksi dari guru terkait pembelajaran.	
<b>Catatan :</b> Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan)		
<p style="text-align: center;"><b>Kegiatan Penutup</b></p> Peserta didik : <ul style="list-style-type: none"> <li>Membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.<i>Membiasakan sikap bertanggung jawab dan peduli dengan tugas yang diberikan (Karakter)</i></li> <li>Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.</li> </ul> Guru : <ul style="list-style-type: none"> <li>Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa. Peserta didik yang selesai mengerjakan projek dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian projek.</li> <li>Memberikan penghargaan kepada kelompok yang memiliki kinerja dan <u>kerjasama</u> yang baik <i>Penguatan Pendidikan Karakter dan Pembelajaran Abad 21</i></li> <li>Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas kelompok/ perseorangan (jika diperlukan).</li> <li>Mengagendakan pekerjaan rumah.<i>Membiasakan sikap bertanggung jawab dan peduli dengan tugas yang diberikan (Karakter)</i></li> <li>Menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya</li> <li>Memberi salam.<i>Sikap disiplin dan mengamalkan ajaran agama yang dianut(Karakter)</i></li> </ul>		<b>2 menit</b>

### C. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

#### 1. Teknik Penilaian

##### a. Penilaian Kompetensi Sikap Spiritual

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran ( <i>assessment forand of learning</i> )
2	Penilaian Diri		Terlampir	Saat pembelajaran usai	Penilaian sebagai Pembelajaran ( <i>assessment aslearning</i> )
3	Penilaian antar tema		Terlampir	Setelah pembelajaran Usai	Penilaian sebagai pembelajaran ( <i>assessment aslearning</i> )

##### b. Penilaian Kompetensi Sikap Sosial

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran ( <i>assessment forand of learning</i> )

2	Penilaian Diri		Terlampir	Saat pembelajaran usai	Penilaian sebagai Pembelajaran ( <i>assessment as learning</i> )
3	Penilaian antar tema		Terlampir	Setelah pembelajaran usai	Penilaian sebagai pembelajaran ( <i>assessment as learning</i> )

**c. Penilaian Kompetensi Pengetahuan**

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Lisan	Pertanyaan (lisan) dengan jawaban terbuka	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran ( <i>assessment for learning</i> )
2	Penugasan	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esei, pilihan ganda, benar- salah, menjodohkan, isian, dan/atau lainnya	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran ( <i>assessment for learning</i> ) dan sebagai pembelajaran ( <i>assessment as learning</i> )
3	Tertulis	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esai, pilihan ganda, benar- salah, menjodohkan, isian, dan/atau lainnya	Terlampir	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran ( <i>assessment of learning</i> )
4	Portofolio	Sampel pekerjaan terbaik hasil dari penugasan atau tes tertulis	Terlampir	Saat pembelajaran usai	Data untuk penulisan deskripsi pencapaian pengetahuan ( <i>assessment of learning</i> )

**d. Penilaian Kompetensi Keterampilan**

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Praktik	Tugas (keterampilan)	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung dan/atau setelah usai	Penilaian untuk, sebagai, dan/atau pencapaian
2	Produk	Tugas (keterampilan)	Terlampir	Saat pembelajaran berlangsung dan/atau setelah usai	pembelajaran ( <i>assessment for, as, and of learning</i> )
3	Proyek	Tugas besar	Terlampir	Selama atau usai	Penilaian untuk, sebagai,

				pembelajaran berlangsung	dan/atau pencapaian
4	Portofolio	Sampel produk terbaik dari tugas atau proyek	Terlampir	Saat pembelajaran usai	pembelajaran (assessment for, as, and of learning)

Kawangkoan, Juli 2021  
Guru Mata Pelajaran,

Mario V. Mapaliey, S.Pd  
NIP.