

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA NEGERI 1 PANDAAN
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : XII / 1
 Materi Pokok : Keterampilan Gerak Lempar Cakram(Topik III)
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| | | |
|---|--|--|
| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
| | 3.3. Merancang simulasi perlombaan jalan cepat, lari, lompat dan lempar yang disusun sesuai peraturan *) | 4.3. Mempraktikkan hasil rancangan simulasi perlombaan jalan cepat, lari, lompat dan lempar yang disusun sesuai peraturan *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | • Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan rancangan simulasi perlombaan lempar cakram dengan benar. | • Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Metode: Komando • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> o Lapangan atletik o Sektor lempar cakram o Cakram o Tali pembatas • Produk: Merancang simulasi perlombaan lempar cakram. • Deskripsi: Peserta didik secara memahami dan melakukan rancangan simulasi perlombaan lempar cakram. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat. b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai. c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan, 2. Kegiatan Inti (105 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram peragaan guru atau peserta didik. b. Peserta didik mencoba hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram, yang telah diperlihatkan diperagakan oleh guru atau peserta didik. c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan secara berulang-ulang hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. d. Peserta didik menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal, tentang hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram. e. Seluruh hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan. f. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok. g. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil rancangan simulasi perlombaan lempar cakram secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran. b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. | |
| Asesmen: | | |
| <ol style="list-style-type: none"> a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. | | |

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Pasuruan, 4 Juli 2021
Guru Mata Pelajaran

Drs. Ariadi Nur Awalukianto, M.Pd
NIP. 19640217 198903 1 007

Dony Kilat Wicaksono, S.Pd
NIP. 19800612 200904 1 002