

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SMPN 3 JATISARI
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : 7/Ganjil
Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Beladiri Pencak Silat
Alokasi : 3 x Pertemuan (60 menit)
Tahun Pelajaran : 2020/2021
Kompetensi Dasar (KD) : 3.4. Memahami gerak spesifik seni beladiri **)
4.4. Mempraktikkan gerak spesifik seni beladiri **)

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui pembelajaran Daring peserta didik dapat :

1. Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.
2. Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN PJJ

Pendahuluan :
Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal <https://bit.ly/pembiasaan-awal-smpn3jatisari> berisi konten do'a,asmaul husna, lagu kebangsaan, siswa mengisi absensi di link <https://bit.ly/ABSENONLINE-KELAS7>, kesiapan fisik dan non fisik, cakupan materi, tujuan dan teknik penilaian.

Kegiatan Inti :

Pertemuan Ke 1

Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisandan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat. <https://youtu.be/gm8KJzRLnDc> yang dikirim melalui Whatsapp Grup dan Buku paket PJOK Kelas Masri'an, Aminarni, Dr.Trisyono (2016) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Penerbit Erlangga(Bab 2 (Hal. 131-143).

Pertemuan Ke 2

Peserta didik menjawab pertanyaan sesuai dengan tujuan pembelajaran melalui Google dokumen dengan materi:

- Pengertian Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat
- Gerak Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisandan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat.

Peserta didik mengirim jawaban melalui Google Classroom (Tugas kelas)/WA grup

Pertemuan Ke 3

- Peserta didik mengirimkan video atau photo gerakan spesifik Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisandan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat (1 Kelompok 4 atau 5 orang) melalui Google Kelas atau WA grup.

Penutup :

Guru memfasilitasi peserta didik membuat simpulan mengenai permainan Sepakbola , melakukan refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan, memberikan umpan balik penugasan, penilaian menyampaikan materi pembelajaran berikutnya dan menutup pelajaran dengan Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal <https://bit.ly/pembiasaan-akhir-smpn3jatisari>

C. PENILAIAN

| KD | Teknik | Indikator |
|--------------------------|---|---|
| Sikap (Spiritual+Sosial) | Pengamatan selama mengikuti PJJ | Ketepatan, ketekunan dan Tanggung jawab dalam mengerjakan/menjawab materi melalui WAG |
| Pengetahuan | Tes melalui Google form dan Whatshaapp Grup | Melalui Google Form peserta didik mengerjakan tugas untuk menjawab pertanyaan pilihan ganda/essay |
| Keterampilan | Tes melalui Google form dan Whatshaapp Grup | Tugas membuat laporan hasil kegiatannya dalam kehidupan sehari-hari di rumah yang dikirim melalui Google classroom / WA grup. |

Kepala Sekolah,

Jatisari, 01 Januari 2021
Guru Mapel PJOK,

H. Enjang Jubaedi,S.Pd.Ind
NIP. 19700718 199412 1 002

Rijal Anshori, S.Pd.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

| | |
|-----------------------|---|
| Nama Sekolah | : SMPN 3 JATISARI |
| Mata Pelajaran | : PJOK |
| Kelas/Semester | : 8/Genap |
| Materi Pokok | : Aktivitas Gerak Spesifik Beladiri Pencak Silat |
| Alokasi | : 3 x Pertemuan (60 menit) |
| Tahun Pelajaran | : 2020/2021 |
| Kompetensi Dasar (KD) | : 3.4. Memahami gerak spesifik seni beladiri **) 4.4. Mempraktikkan gerak spesifik seni beladiri **) |

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui pembelajaran Daring peserta didik dapat :

1. Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.
2. Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN PJJ

Pendahuluan :
Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal <https://bit.ly/pembiasaan-awal-smpn3jatisari> berisi konten do'a,asmaul husna, lagu kebangsaan, siswa mengisi absensi di link <https://bit.ly/ABSENONLINE-KELAS8>, kesiapan fisik dan non fisik, cakupan materi, tujuan dan teknik penilaian.

Kegiatan Inti :

Pertemuan Ke 1

- Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat <https://youtu.be/7PQYN6NLZtM> yang dikirim melalui Whatshapp Grup dan Buku paket PJOK Kelas 8 Masri'an, Aminarni, Dr.Trisyono (2016) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Penerbit Erlangga(Bab 2 (Hal. 154-165).

Pertemuan Ke 2

- Peserta didik mempraktekan materi tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat

Pertemuan Ke 3

- Peserta didik menjawab pertanyaan sesuai dengan tujuan pembelajaran melalui Google dokumen dengan materi: Pengertian Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat
- Peserta didik mengirimkan gambar atau video Gerak Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat melalui Google Classroom (Tugas kelas)/WA grup.

Penutup :

Guru memfasilitasi peserta didik membuat simpulan mengenai permainan Sepakbola , melakukan refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan, memberikan umpan balik penugasan, penilaian menyampaikan materi pembelajaran berikutnya dan menutup pelajaran dengan Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal <https://bit.ly/pembiasaan-akhir-smpn3jatisari>

C. PENILAIAN

| KD | Teknik | Indikator |
|--------------------------|---|---|
| Sikap (Spiritual+Sosial) | Pengamatan selama mengikuti PJJ | Ketepatan, ketekunan dan Tanggung jawab dalam mengerjakan/menjawab materi melalui WAG |
| Pengetahuan | Tes melalui Google form dan Whatshaapp Grup | Melalui Google Form peserta didik mengerjakan tugas untuk menjawab pertanyaan pilihan ganda/essay |
| Keterampilan | Tes melalui Google form dan Whatshaapp Grup | Tugas membuat laporan hasil kegiatannya dalam kehidupan sehari-hari di rumah yang dikirim melalui Google classroom / WA grup. |

Kepala Sekolah,

Jatisari, 01 Januari 2021
Guru Mapel PJOK,

H. Enjang Jubaedi,S.Pd.Ind
NIP. 19700718 199412 1 002

Rijal Anshori, S.Pd.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

| | |
|-----------------------|---|
| Nama Sekolah | : SMPN 3 JATISARI |
| Mata Pelajaran | : PJOK |
| Kelas/Semester | : 9/Genap |
| Materi Pokok | : Aktivitas Gerak Spesifik Beladiri Pencak Silat |
| Alokasi | : 3 x Pertemuan (60 menit) |
| Tahun Pelajaran | : 2020/2021 |
| Kompetensi Dasar (KD) | : 3.4. Memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik seni beladiri **) 4.4. Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak spesifik seni beladiri **) |

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui pembelajaran Daring peserta didik dapat :

1. Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.
2. Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN PJJ

| |
|--|
| <p>Pendahuluan :</p> <p>Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal https://bit.ly/pembiasaan-awal-smpn3jatisari berisi konten do'a, asmaul husna, lagu kebangsaan, siswa mengisi absensi di link https://bit.ly/ABSENONLINE-KELAS9, kesiapan fisik dan non fisik, cakupan materi, tujuan dan teknik penilaian.</p> |
| <p>Kegiatan Inti :</p> <p>Pertemuan Ke 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat https://youtu.be/-i-zlql3ASU yang dikirim melalui Whatsapp Grup dan Buku paket PJOK Kelas 9 Aan Sunjata Wisahati, Teguh Santosa (2010) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Penerbit pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional (Bab 2 (Hal. 61-71). <p>Pertemuan Ke 2</p> <p>Peserta didik menjawab pertanyaan sesuai dengan tujuan pembelajaran melalui Google dokumen dengan materi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pengertian Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat - Gerak Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat. - Peserta didik mengirim jawaban melalui Google Classroom (Tugas kelas)/WA grup. <p>Pertemuan Ke 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik menjawab pertanyaan sesuai dengan tujuan pembelajaran melalui Google Kelas atau WA grup dengan materi tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat. <p>Pertemuan Ke 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik mengirimkan video atau photo gerakan spesifik (teknik tentang Sikap Kuda-kuda, Pola Langkah Kaki, Pukulan, Tendangan, Tangkisan dan elakan dalam Gerak Spesifik seni beladiri pencak silat) secara berpasangan dan berkelompok (1 Kelompok 4 atau 5 orang) melalui Google Kelas atau WA grup. |
| <p>Penutup :</p> <p>Guru memfasilitasi peserta didik membuat simpulan mengenai permainan Sepakbola , melakukan refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan, memberikan umpan balik penugasan, penilaian menyampaikan materi pembelajaran berikutnya dan menutup pelajaran dengan Melalui WAG Kelas Guru menampilkan video link pembiasaan awal https://bit.ly/pembiasaan-akhir-smpn3jatisari</p> |

C. PENILAIAN

| KD | Teknik | Indikator |
|--------------------------|---|---|
| Sikap (Spiritual+Sosial) | Pengamatan selama mengikuti PJJ | Ketepatan, ketekunan dan Tanggung jawab dalam mengerjakan/menjawab materi melalui WAG |
| Pengetahuan | Tes melalui Google form dan Whatshaapp Grup | Melalui Google Form peserta didik mengerjakan tugas untuk menjawab pertanyaan pilihan ganda/essay |
| Keterampilan | Tes melalui Google form dan | Tugas membuat laporan hasil kegiatannya dalam |

| | | |
|--|-----------------|---|
| | Whatshaapp Grup | kehidupan sehari-hari di rumah yang dikirim melalui Google classroom / WA grup. |
|--|-----------------|---|

Kepala Sekolah,

Jatisari, 01 Januari 2021
Guru Mapel PJOK,

H. Enjang Jubaedi, S.Pd.Ind
NIP. 19700718 199412 1 002

Rijal Anshori, S.Pd.