

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Sepakbola
 Alokasi Waktu : 4 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3.1 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	4.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
	IPK 3	IPK 4
menerapkan tahapan teknik mengumpan dan mengontrol serta posisi tubuh saat melakukan teknik tersebut	Melakukan gerakan teknik mengumpan dan mengontrol serta posisi tubuh saat melakukan teknik tersebut	
Disajikan materi tentang teknik mengumpan dan mengontrol peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		
Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Sepakbola: mengumpan dan mengontrol bola	
Metode : <i>Discovery Learning</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan 2. Bola Sepak 3. Cone 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video Produk: Penerapan teknik dasar dalam permainan sepakbola Deskripsi: Pesertadidik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas penerapan teknik dasar dalam permainan sepakbola	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game(bermain kucing-tikus) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik menggali informasi tentang penerapan teknik dasar permainan sepak bola sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. b. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran penerapan teknik dasar permainan sepak bola bagi kesehatan dan kebugaran jasmani. c. Peserta didik melakukan penerapan teknik dasar permainan sepak bola sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok, dan menyampaikan arti penting kerja sama dalam aktivitas gerak permainan sepak bola. d. Seluruh penerapan teknik dasar permainan sepak bola peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan. e. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan penerapan teknik dasar permainan sepak bola sesuai dengan koreksi oleh guru. f. Seluruh penerapan teknik dasar permainan sepak bola peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan penerapan teknik dasar permainan sepak bola, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. h. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan penerapan teknik dasar permainan sepak bola secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.	
Penilaian:		
a. Sikap : Jurnal.		
b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.		
c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio		

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Bola voli
 Alokasi Waktu : 4 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3.1 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	4.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
	IPK 3	IPK 4
	menerapkan dan mengkombinasikan tahapan gerak teknik passing atas dan smash dalam permainan bolavoli	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi keterampilan passing atas dan smash bolavoli
Disajikan materi tentang teknik passing atas dan smash peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		
Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Bola voli: passing atas dan smash	
Metode : <i>Saintific</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan 2. Bola voli 3. NET 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video Produk: Penerapan teknik dasar dalam permainan bolavoli Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan penerapan teknik dasar dalam permainan bolavoli	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game(bermain Hijau-Hitam) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). b. Peserta didik melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli, yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan. c. Peserta didik melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli, secara individu maupun kelompok, dan guru mengamati seluruh aktivitas tersebut. d. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. e. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok. f. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan. g. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli sesuai dengan koreksi oleh guru. h. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. i. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. j. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola voli secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.	
Penilaian:	a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....

0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Bola basket
 Alokasi Waktu : 4 X 45 menit

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran											
Tujuan Pembelajaran	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #92d050;">KD pada KI 3</th> <th style="background-color: #92d050;">KD pada KI 4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3.1 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik</td> <td>4.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #92d050;">IPK 3</th> <th style="background-color: #92d050;">IPK 4</th> </tr> <tr> <td>menerapkan dan menemukan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak</td> <td>Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak</td> </tr> <tr> <td colspan="2">Disajikan materi tentang teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak bolabasket peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik</td> </tr> </tbody> </table>	KD pada KI 3	KD pada KI 4	3.1 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	4.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	IPK 3	IPK 4	menerapkan dan menemukan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak	Disajikan materi tentang teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak bolabasket peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik	
KD pada KI 3	KD pada KI 4										
3.1 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	4.1 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik										
IPK 3	IPK 4										
menerapkan dan menemukan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak										
Disajikan materi tentang teknik melempar, menangkap, menggiring dan menembak bolabasket peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik											
Materi Pembelajaran	Bola basket:melempar, menangkap, menggiring dan menembak										
Metode : <i>Inquiry/Discovery Learning</i>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <p>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat</p> <p>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</p> <p>c. Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk game(bermain Tempel Bola)</p> <p>2. Kegiatan Inti (60 Menit)</p> <p>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</p> <p>b. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola basket secara berpasangan dan berkelompok.</p> <p>c. Peserta didik mencoba dan melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola basket secara berpasangan dan berkelompok.</p> <p>d. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola basket.</p> <p>e. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola basket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Lamanya waktu bermain misalnya: 10 menit.</p> <p>f. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bola basket secara seksama.</p> <p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <p>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</p> <p>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</p> <p>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</p>										
Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:											
Produk:											
Deskripsi:											
Penilaian:	<p>a. Sikap : Jurnal.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio</p>										

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Bulutangkis
 Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,2 Menerapkan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak	4,2 Mempraktikan teknik dasar salah satu aktifitas olahraga permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik
	IPK 3	IPK 4
	menerapkan dan menerapkan tahapan teknik footwork, pegangan raket, pukulan atas dan bawah pada permainan bulutangkis	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik footwork, pegangan raket, pukulan atas dan bawah pada permainan bulutangkis
Disajikan materi tentang teknik footwork, pegangan raket, pukulan atas dan bawah pada permainan bulutangkis peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Bulutangkis: footwork, pegangan raket, pukulan atas dan pukulan bawah
Metode : <i>Cooperative Learning</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan 2. Shuttlecock 3. NET 4. Raket 5. Gambar/ Video Produk: Penerapan teknik dasar dalam permainan bulutangkis Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan penerapan teknik dasar dalam permainan bulutangkis	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game (melambungkan shuttlecock) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). b. Peserta didik melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis, sesuai dengan pembagian kelompok instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. c. Guru menjelaskan keterkaitannya aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis terhadap kebugaran jasmani. d. Peserta didik yang memiliki kemampuan lebih baik dapat dijadikan sebagai mediator bagi peserta didik lain dalam kelompok tersebut. e. Secara kelompok peserta didik berganti tempat untuk mempelajari aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis, yang berbeda dari kelompok. f. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. g. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru. h. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. i. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. j. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan bulu tangkis secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
Penilaian:	
a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

Anggara Aditva K., S.Pd

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Lari Jarak Pendek
 Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran	
KD pada KI 3	KD pada KI 4
3,3 Menerapkan salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif	4,3 Mempraktikkan salah satu keterampilan aktifitas atletik untuk menghasilkan gerak yang efektif
IPK 3	IPK 4
menerapkan cara melakukan teknik dasar start, lari dan finish pada olahraga lari cepat	Memperagakan berbagai pola keterampilan gerak teknik dasar start, lari dan finish lari cepat
Disajikan materi tentang teknik start, lari dan finish pada lari cepat peserta didik mampu menerapkan dan memperagakan gerakan teknik tersebut dengan baik	
Tujuan Pembelajaran	
Materi Pembelajaran	Lari Jarak Pendek: start, gerakan lari, dan memasuki garis finis dalam lari cepat
Metode : <i>Inquiry/Discovery Learning</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan/Lintasan 2. Start Block 3. Tali/pembatas 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video Produk: Penerapan teknik dasar lari cepat Deskripsi: Peserta didik secara individual memahami dan melakukan penerapan teknik dasar lari cepat	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game(bermain berkumpul dengan berjalan ke suatu sasaran) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik melakukan aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. b. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat bagi kesehatan dan kebugaran jasmani. c. Peserta didik melakukan aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok, dan menyampaikan arti penting kerja sama dalam aktivitas gerak spesifik lari cepat. d. Seluruh aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan. e. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat sesuai dengan koreksi oleh guru. f. Seluruh aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. h. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas kombinasi gerak spesifik lari cepat secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
Penilaian: a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....

0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Pencak silat
 Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,4 Menerapkan salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif	4,4 Mempraktikan salah satu keterampilan aktifitas olahraga beladiri untuk menghasilkan gerak yang efektif
	IPK 3	IPK 4
	menerapkan tentang berbagai keterampilan gerak beladiri pertarungan bayangan	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik pertarungan bayangan pada beladiri pencak silat
Disajikan materi tentang teknik pertarungan bayangan peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Pencak silat : Teknik dasar sikap dalam pertarungan bayangan (fight shadow)
Metode : <i>Problem-Based Learning</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan/Ruang 2. Patching 3. Peluit 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video Produk: Penerapan teknik dasar pencak silat Deskripsi: Peserta didik secara individual/kelompok memahami dan melakukan penerapan teknik dasar pencak silat	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game (permainan mencari pasangan) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). b. Peserta didik melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat, yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan. c. Peserta didik melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat, secara individu maupun kelompok, dan guru mengamati seluruh aktivitas. d. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. e. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru. f. Seluruh aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. h. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas variasi dan kombinasi gerak spesifik beladiri pencak silat secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
Penilaian: a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran
 Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,5 Menerapkan latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar	4,5 Mempraktikan latihan pengukuran komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrumen terstandar
	IPK 3	IPK 4
	Menemukan variasi dan kombinasi latihan gerakan kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi pada aktivitas kebugaran jasmani	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi latihan gerakan kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi pada aktivitas kebugaran jasmani
Disajikan materi tentang latihan gerakan kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi pada aktivitas kebugaran jasmani peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Aktivitas Kebugaran Jasmani: kecepatan, kelincahan, keseimbangan dan koordinasi
<p>Metode : <i>Saintifik</i></p> <p>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan/Ruang 2. Matras 3. Peluit 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video</p> <p>Produk: Gerak aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan.</p> <p>Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan.</p>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <p>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat</p> <p>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</p> <p>c. Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk game (permainan lempar cone)</p> <p>2. Kegiatan Inti (60 Menit)</p> <p>a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan secara individual, berpasangan atau berkelompok.</p> <p>b. Peserta didik mencoba dan melakukan latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan secara individual, berpasangan atau berkelompok.</p> <p>c. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan.</p> <p>d. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan dalam bentuk sirkuit training secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras.</p> <p>e. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan secara seksama.</p> <p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <p>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</p> <p>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</p> <p>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</p>
<p>Penilaian:</p> <p>a. Sikap : Jurnal.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio</p>	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Senam Lantai
 Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,6 Menerapkan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam untuk menghasilkan koordinasi yang baik	4,6 Mempraktikan keterampilan rangkaian gerak dasar aktifitas olahraga senam untuk menghasilkan koordinasi yang baik
	IPK 3	IPK 4
	menerapkan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat
Disajikan materi tentang lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Senam Lantai: lompat jongkok, lompat kangkang
Metode : <i>command</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: 1. Lapangan/Ruang 2. Matras 3. Peluit 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video Produk: Kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai.	1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) 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 dalam bentuk game (lomba lompat katak) 2. Kegiatan Inti (60 Menit) a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai, baik melalui video pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik. b. Peserta didik mencoba aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai, yang telah diperlihatkan melalui video pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik. c. Peserta didik melakukan aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai secara berulang-ulang 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 aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai. e. Seluruh aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai, 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 aktivitas kombinasi rangkaian gerak spesifik senam lantai secara seksama. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
Penilaian:	
a. Sikap : Jurnal.	
b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.	
c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....

0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Aktivitas Ritmik
 Alokasi Waktu : 2 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,7 Menerapkan keterampilan gerak rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik	4,7 Mempraktikan hasil analisis gerakan rangkaian aktifitas olahraga senam ritmik untuk menghasilkan koordinasi yang baik
	IPK 3	IPK 4
Menerapkan rangkaian keterampilan gerak dalam aktivitas gerak berirama (pemanasan, inti dan pendinginan)	Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik rangkaian gerak ritmik pemanasan, inti dan pendinginan pada aktivitas senam ritmik	
Disajikan materi tentang rangkaian keterampilan gerak dalam aktivitas gerak berirama peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Aktivitas Ritmik: pemanasan, Inti dan pendinginan
<p>Metode : <i>Project Based Learning</i></p> <p>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lapangan/Ruang 2. Speaker 3. Peluit 4. <i>Stopwatch</i> 5. Gambar/ Video <p>Produk: Variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama.</p> <p>Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama.</p>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <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 dalam bentuk game (bermain bergerak bereaksi mengikuti perintah guru) <p>2. Kegiatan Inti (60 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). b. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama secara berpasangan dan berkelompok. c. Peserta didik mencoba dan melakukan tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama secara berpasangan dan berkelompok. d. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama. e. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan tentang variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan dalam aktivitas gerak berirama secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. f. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan tentang variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama secara seksama. <p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
<p>Penilaian:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Sikap : Jurnal. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio 	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd
0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Renang
 Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,8 Menerapkan keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air*	4,8 Mempraktikan keterampilan salah satu gaya renang pada aktifitas olahraga air*
	IPK 3	IPK 4

menerapkan dan menerapkan variasi tentang berbagai keterampilan gerak aktivitas air renang gaya bebas

Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, gerakan pernapasan pada renang gaya bebas

Disajikan materi tentang renang gaya bebas peserta didik mampu menerapkan dan melakukan gerakan teknik tersebut dengan baik

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Renang: gerakan kaki, gerakan tangan, pengambilan napas dan koordinasi gerakan
<p>Metode : <i>Command</i></p> <p>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</p> <ol style="list-style-type: none"> Kolam renang Pelampung Peluit <i>Stopwatch</i> Gambar/ Video <p>Produk: Rangkaian gerak spesifik renang gaya bebas.</p> <p>Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas.</p>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk game ((bermain saling menjipratkan air ke muka teman) <p>2. Kegiatan Inti (60 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung, baik melalui video pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik. Peserta didik mencoba aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung, yang telah diperlihatkan melalui video pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik. Peserta didik melakukan aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung secara berulang-ulang 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. Peserta didik menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal, tentang aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung. Seluruh aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas gerak spesifik renang gaya punggung secara seksama. <p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
Penilaian:	
<ol style="list-style-type: none"> Sikap : Jurnal. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio 	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd

0

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMK NEGERI 7 SURAKARTA
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Tahun Pelajaran : 2021/2022
 Mata Pelajaran : Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Materi Pokok : Kesehatan
 Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tujuan Pembelajaran	KD pada KI 3	KD pada KI 4
	3,9 Memahami cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari	4,9 Mempresentasikan cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
	IPK 3	IPK 4
	Menerapkan tentang konsep manfaat aktivitas fisik, prinsip aktivitas fisik, dan dampak manfaat penerapan budaya hidup sehat	Melakukan diskusi kelompok dan presentasi yang membahas tentang konsep manfaat aktivitas fisik, prinsip aktivitas fisik, dampak manfaat penerapan budaya hidup sehat
Disajikan materi tentang budaya hidup sehat yang berdampak baik terhadap kesehatan peserta didik mampu menerapkan dan melakukan presentasi hasil diskusi dengan baik		

Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran	
Materi Pembelajaran	Kesehatan : Manfaat Aktivitas Fisik untuk Pola Hidup Sehat
<p>Metode : <i>Window Shopping</i></p> <p>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas 2. Laptop 3. ATK 4. Spidol 5. Gambar/ Video <p>Produk: Pemahaman dan penerapan peran pergaulan sehat terhadap pencegahan penyakit.</p> <p>Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan menerapkan peran pergaulan sehat terhadap pencegahan penyakit..</p>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</p> <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. Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat budaya hidup sehat <p>2. Kegiatan Inti (60 Menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik membagi diri menjadi empat kelompok/sesuai dengan pokok bahasan, antara lain: pengertian aktivitas fisik, manfaat melakukan aktivitas fisik terhadap budaya hidup sehat, dampak/akibat apabila tidak melakukan aktivitas fisik, dan cara melakukan aktivitas fisik untuk mencegah penyakit. b. Setiap kelompok berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada kertas plano untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain. c. Setiap anggota kelompok membaca dan mencatat hasil diskusi kelompok lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap kelompok/empat pertanyaan). d. Setiap kelompok mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh kelompok lain yang membahas pokok bahasan sesuai pertanyaan yang diajukan. e. Setiap kelompok menyusun simpulan akhir dan membacakannya di depan kelas di akhir pembelajaran secara bergiliran, yang menekankan nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan ingin tahu. f. Guru mengamati seluruh diskusi yang dilakukan oleh peserta didik secara individu maupun kelompok. g. Guru mengamati seluruh aktivitas pembelajaran peserta didik dalam mempresentasikan tentang peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit secara seksama. <p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi ketercapaian 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.
Penilaian:	
a. Sikap : Jurnal.	
b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.	
c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio	

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Surakarta, Juni 2021
Guru Mata Pelajaran

.....
0

Anggara Aditya K., S.Pd
0