

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

**Sekolah** : UPT SMP N 1 STTU JEHE  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : VIII / I ( satu )  
**Materi Pokok** : Senam Lantai  
**Alokasi Waktu** : 120 Menit ( 3 x Pertemuan )

### A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran menggunakan model pembelajaran *blended learning* dengan metode latihan, resiprokal, dan diskusi serta pendekatan saintifik diharapkan siswa dapat :

- Menumbuhkan sikap menyadari kebesaran Tuhan, sikap kerjasama, jujur, dan berani mengemukakan pendapat, siswa dapat:
- Menganalisis kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang
- Mempraktikkan kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang

### B. Media Pembelajaran & Sumber Belajar

**Media** : Laptop, LCD, Video yg relevan, Whatsapp grup, ZOOM

**Sumber Belajar**: Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas VIII dan Internet

### C. Langkah-langkah Pembelajaran

<b>Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</b>	
Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran, memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin	
Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi/tema/kegiatan sebelumnya serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat dan menghubungkan dengan materi selanjutnya	
Menyampaikan motivasi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan & manfaat) dengan mempelajari materi : <b>Latihan senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang</b>	
Menjelaskan hal-hal yg akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh dan mengarahkan peserta didik untuk melakukan pemanasan sebelum melakukan aktivitas fisik pembelajaran dengan link : <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ZZ2YdZ6IYxg">https://www.youtube.com/watch?v=ZZ2YdZ6IYxg</a>	
<b>Kegiatan Inti (90 Menit)</b>	
<b>Mengamati</b>	Melalui grup whatsapp Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan terkait materi <b>Latihan senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang</b> . Dengan link : <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iJzCCsE7KK0">https://www.youtube.com/watch?v=iJzCCsE7KK0</a> , <a href="https://www.youtube.com/watch?v=H5aVyE1zcgI">https://www.youtube.com/watch?v=H5aVyE1zcgI</a> , <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ue7i88f16us">https://www.youtube.com/watch?v=Ue7i88f16us</a> , dan menayangkan video pembelajaran bagi siswa yang menggunakan pembelajaran luring.

<b>Menanya</b>	Melalui grup whatsapp atau bertanya langsung Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus berkaitan dengan materi <b>Latihan senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang.</b>
<b>Mencoba</b>	Peserta didik bersama orang tua maupun bersama peserta didik lainnya mendiskusikan, mengumpulkan informasi, dan mencoba melakukan latihan, kemudian melalui aplikasi Zoom ataupun pertemuan langsung siswa mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi dengan siswa lain mengenai <b>Latihan senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang.</b>
<b>Mengasosiasi</b>	Melalui grup whatsapp ataupun pertemuan langsung peserta didik mempresentasikan hasil kerja siswa secara klasikal, siswa lainnya mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh siswa yang mempresentasikan.
<b>Mengkomunikasi</b>	Melalui grup whatsapp ataupun pertemuan langsung guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <b>Latihan senam lantai kombinasi keseimbangan menggunakan kaki, lengan, kepala, guling depan dan guling belakang.</b> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami.
<b>Kegiatan Penutup (15 Menit)</b>	
Peserta didik membuat rangkuman / simpulan pelajaran. Tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran. Tentang point-point yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan	

#### **D. Penilaian Hasil Pembelajaran**

- Penilaian Afektif berupa Observasi berdasarkan pengamatan guru, orang tua peserta didik dan teman sejawat.
- Penilaian Kognitif berbentuk soal test yang disampaikan lewat grup whatsapp ataupun secara langsung
- Penilaian Keterampilan berupa test praktik dengan rekaman video yang dikirim oleh peserta didik maupun test langsung bagi siswa luring.

**Mengetahui,**  
**Kepala UPT SMPN 1 STTU Jehe**

**Sibande, 20**  
**Guru Mapel PJOK**

**Sudarno Angkat, S.Pd**  
**NIP. 19780808 200904 1 003**

**Sri Wahyuni Gultom, S.Pd**  
**NIP. 19900910 201903 2 008**