



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN



Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Sajira
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : IX/2
 Materi Pokok : Aktivitas Renang
 Alokasi waktu : 3 JP

Kompetensi Dasar	3.8 Memahami gerak spesifik salah satu gaya renang dalam bentuk perlombaan
	4.8 Mempraktikkan gerak spesifik salah satu gaya renang dalam bentuk perlombaan

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah melaksanakan kegiatan pembelajaran peserta didik diharapkan dapat :

1. Menjelaskan pengertian kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas.
2. Mengidentifikasi gerak kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas.
3. Menganalisis gerak kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas.
4. Mempraktikkan kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	PPK	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dibuka dengan ucapan salam, berdoa, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa. 2. Guru memotivasi peserta didik 3. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran. 	<ul style="list-style-type: none"> • Religius • mandiri 	15 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik diminta mengamati peragaan guru/teman tentang berbagai latihan variasi keterampilan gerak rangkai kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas secara langsung/TV/Video dan membuat catatan hasil pengamatan. 2. Peserta didik menanya kepada guru atau guru yang menanya kepada peserta didik terkait materi yang di pelajari tentang kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat. 	<ul style="list-style-type: none"> • Integritas dan gotong - royong 	85 Menit

	<ol style="list-style-type: none"> 3. Peserta didik diminta mencari dan mengumpulkan berbagai informasi tentang rangkaian gerak kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung. 4. Peserta didik berdiskusi tentang data variasi keterampilan kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas yang sudah dikumpulkan/ terangkum dalam kegiatan sebelumnya. 5. Peserta didik menyampaikan hasil diskusi berupa kesimpulan berdasarkan hasil analisis secara lisan, tertulis, atau media lainnya untuk mengembangkan sikap jujur, teliti, toleransi, kemampuan berpikir sistematis, mengungkapkan pendapat dengan sopan. Mempresentasikan hasil diskusi kelompok secara klasikal tentang variasi keterampilan kombinasi gerak spesifik aktivitas renang (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, mengambil napas, dan koordinasi gerakan) gaya bebas. 6. Guru memberikan umpan balik kepada peserta didik terkait dengan materi pembelajaran 		
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi renang gaya bebas. 2. Guru Memberikan penghargaan kepada siswa berupa pujian untuk siswa yang sudah memahami materi dengan baik terkait materi pembelajaran renang gaya bebas. 3. Guru menutup pembelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam. 	<ul style="list-style-type: none"> • Religius • Mandiri 	20 Menit

C. PENILAIAN

1. **Sikap** : Observasi kehadiran dan tugas serta pengamatan guru pada saat pembelajaran
2. **Pengetahuan** : Tugas pengetahuan soal pilihan ganda ataupun uraian
3. **Keterampilan**: Tugas keterampilan peserta didik mempraktikkan renang gaya bebas

Mengetahui
Kepala SMP Negeri 2 Sajira,

Sajira, Januari 2021

Guru Mata Pelajaran,

Slamat Gustaman, S.Pd, M.M
NIP. 196512021994121001

Darma, S.Pd
NIP.