

**PERANGKAT PEMBELAJARAN KURIKULUM TIGA BELAS
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
KELAS VIII
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**



OLEH:
TEGUH IMAM SANTOSO, S.Pd.Jas./ NIP.19850713 201101 1 007

**SMP NEGERI 1 PREMBUN
DINAS PENDIDIKAN
PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PJOK
SMP N 1 PREMBUN
DI MASSA PANDEMI COVID 19
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

A. Dasar hukum

1. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah disebutkan bahwa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) adalah rencana kegiatan pembelajaran tatap muka untuk satu pertemuan atau lebih.
2. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 103 Tahun 2014 Tentang Pembelajaran Pada Pendidikan Dasar dan Menengah. Permendikbud ini mencantumkan 13 komponen yang ada di RPP beserta rumusan format atau sistematikanya.
3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 14 Tahun 2019 Tentang Penyederhanaan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran. Isi surat tersebut tidak membatalkan rumusan atau sistematika RPP yang sudah ada melainkan memberikan alternatif kepada guru untuk menyederhanakan penyusunan RPP dengan memuat 3 komponen inti yaitu; tujuan pembelajaran, langkah pembelajaran, dan penilaian pembelajaran.

B. Perumusan RPP PJOK Jenjang SMP N 1 PREMBUN

Mendikbud melalui surat edaran pemerintah Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 perihal Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) dijelaskan pada ayat 4 yakni khusus untuk daerah yang sudah terdampak Covid-19 berlaku ketentuan sebagai berikut:

1. Memberlakukan pembelajaran secara daring dari rumah bagi peserta didik dan mahasiswa;
2. Pegawai, guru, dan dosen melakukan aktivitas bekerja, mengajar, atau memberi kuliah dari rumah (Bekerja Dari Rumah/BDR) melalui *video conference*, *digital document*, dan sarana daring lainnya;
3. Pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) atau Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) tidak mempengaruhi tingkat kehadiran (dipandang sama seperti bekerja di kantor, sekolah, atau perguruan tinggi), tidak mengurangi kinerja, dan tidak mempengaruhi tunjangan kinerja; dan
4. Apabila harus datang ke kantor/kampus/sekolah sebaiknya tidak menggunakan sarana kendaraan (umum) yang bersifat massal.

Pada pembelajaran jarak jauh ini di SMP N 1 Prembun mata pelajaran PJOK menggunakan/memanfaatkan media pembelajaran dengan kelas *online* yaitu memanfaatkan aplikasi *WhatsApp Group*, *Google Classroom*, *Zoom*, *google formulir* dan *Quizizz*. Dimana dengan memanfaatkan media tersebut guru masih tetap bisa menyampaikan materi pembelajaran meskipun dengan kondisi belajar dari rumah.

Pada pembelajaran gerak di SMP N1 Prembun guru tetap memberikan tugas latihan gerak sesuai dengan materi pembelajaran dan siswa mempraktikkan di rumah dan memberikan bukti latihan dengan mengirimkan gambar atau video melalui link google formulir.

C. Pembagian Waktu Pembelajaran PJOK SMP

| Semester I | | |
|------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| No. | Materi Pembelajaran | Alokasi Waktu |
| 1. | Aktivitas Atletik (Jalan Cepat) | 9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu |
| 2. | Aktivitas Beladiri Pencak Silat | 9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu |
| 3. | Aktivitas Latihan Kebugaran Jasmani | 9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu |
| 4. | Aktivitas Gerak Berirama | 9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu |
| 5. | Bahaya Pergaulan Bebas | 6 JP / 2 Kali Pertemuan/2 Minggu |
| | | |

| Semester II | | |
|-------------|--|--------------------------|
| 1. | Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan Softball) | 9 JP / 3 Kali Pertemuan |
| 2. | Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan bulu tangkis) | 9 JP / 3 Kali Pertemuan |
| 3. | Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan Tenis Meja) | 9 JP / 3 Kali Pertemuan |
| 5. | Aktivitas Atletik (Lari Sambung/Estafet) | 6 JP / 2 Kali Pertemuan |
| 6. | Aktivitas Atletik (Lompat Tinggi) | 6 JP / 2 Kali Pertemuan |
| 7. | Aktivitas Atletik (Lempar Lembing) | 6 JP / 2 Kali Pertemuan |
| 8. | Aktivitas Senam Lantai | 6 JP / 2 Kali Pertemuan |
| 9. | Menjaga Keselamatan di Jalan Raya | 6 JP / 2 Kali Pertemuan |
| 10. | Aktivitas Permainan Bola Besar | 27 JP / 9 Kali Pertemuan |

D. RPP PJOK Jenjang SMP

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII / 1
Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Jalan Cepat
Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|--|---|
| | 3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) | 4.3. mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) |
| Tujuan Pembelajaran | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik jalan cepat dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik jalan cepat dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring). Metode: Periksa diri (<i>Selfcheck</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan atletik Tali pembatas <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran <i>Handpone</i> Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 39-42). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 152- | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom, whatsapp</i>. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game/permainan</i>). Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat (<i>start</i>, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis <i>finish</i>). Peserta didik mencoba melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri. Peserta didik melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (<i>start</i>), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (gerakan jalan), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh sesama teman sekelompok apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> 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. | |

| | |
|--|---|
| 164). • Produk: Variasi gerak spesifik jalan cepat. • Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat. | b. Peserta didik melakukan pendinginan/ <i>colling down</i> , dan berdoa. c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat. |
|--|---|

Asesmen:

a. Sikap : Jurnal/observasi.
 b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
 c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

| Tagihan 1/MG 1 (Jalan Cepat 1.000 m). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|--|--|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|--------------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Waktu Tempuh |
| Tagihan 2/MG 2 (Jalan Cepat 2.000 m). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas jalan cepat. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas jalan cepat. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Waktu Tempuh |
| Tagihan 3/MG 3 (Jalan Cepat 3.000 m). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 140-15241. 2. Kerjakan soal esai (1 – 2) pada buku teks Yudhistira hal 53. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Waktu Tempuh |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 1
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Beladiri Pencak Silat
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu (9 JP)

| | | |
|---|---|---|
| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
| | 3.4. Memahami variasi gerak spesifik seni beladiri **) | 4.4. mempraktikkan variasi gerak spesifik seni beladiri **) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran jarak jauh (During dan Luring). Metode: Berbasis proyek (<i>Project-Based Learning</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruang/lapangan Stopwach Gambar Vidio pembelajaran Handpone Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 55-66). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 204-218). Produk: Variasi gerak spesifik beladiri pencak silat. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat. | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i> dan whatsapp Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>). Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, dan hindaran) sesuai dengan instruksi guru dalam bentuk lembar kerja peserta didik (LKPD). Peserta didik mengkaji manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat bagi kesehatan dan kebugaran jasmani. Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat sesuai dalam lembar kerja peserta didik (LKPD) secara individu maupun kelompok. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi 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 teman sekelompok. Peserta didik saling mengamati seluruh dalam melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> 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 | |

| | |
|--|---|
| | <p>pembelajaran.</p> <p>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</p> <p>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</p> |
| <p>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> | |

| Tagihan 1/MG 1 (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, dan tangkisan). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | |
|---|---|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir |
| Tagihan 1/MG 2 (gerakan tendangan, elakan, dan hindaran). | <p>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat.</p> <p>2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat.</p> | | | Awal | pelaksana | Akhir |
| Tagihan 3/MG 3 (rangkaiian gerakan pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, dan hindaran). | <p>1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 64-65.</p> <p>2. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 65.</p> | | | Awal | pelaksana | Akhir |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 1
 Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|---|--|
| | 3.5. Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) serta pengukuran hasilnya. | 4.5. mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) serta pengukuran hasilnya. |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring). Metode: Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruang/lapangan Palang tunggal Matras/ sejenisnya <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran <i>Handpone</i> Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 67-80). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 219-232). Produk: Aktivitas latihan kebugaran jasmani. Deskripsi: | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i> dan whatsapp. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>/bermain gerobak dorong). Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (d disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Peserta didik melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi), yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan. Peserta didik melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, secara individu maupun kelompok. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh teman sekelompok. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil | |

| | |
|---|--|
| Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan. | <p>belajar yang diperoleh.</p> <p>3. Kegiatan Penutup</p> <p>a. 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.</p> <p>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</p> <p>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</p> |
|---|--|

| |
|---|
| <p>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> |
|---|

| Tagihan 1/MG 1 (latihan kecepatan dan kelincahan). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|--|---|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/MG 2 (latihan keseimbangan dan koordinasi). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas kebugaran jasmani. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/MG 3 (pengukuran aktivitas kebugaran jasmani/keterampilan). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 79. 2. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 80. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 1
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Berirama
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|---|---|
| | 3.7. Memahami variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/ dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan dan inti latihan dalam aktivitas gerak berirama. | 4.7. Mempraktikkan prosedur variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan dan inti latihan dalam aktivitas gerak berirama. |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik aktivitas gerak berirama dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik aktivitas gerak berirama dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring). Metode: Berbasis proyek (<i>Project-Based Learning</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruangan/ lapangan. Tipe recorder Kaset senam ritmik <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran <i>Handpone</i> Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 91-98). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 247-260). Produk: | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i> dan whatsapp. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>/bermain bergerak bereaksi). Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak informasi materi dalam bentuk lembar kerja peserta didik (LKPD) tentang variasi dan kombinasi langkah dasar, gerak dan ayunan lengan dan tangan, pelurusan sendi tubuh, dan irama gerak aktivitas gerak berirama. Peserta didik membagi diri ke dalam kelompok sesuai dengan petunjuk guru yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Peserta didik melakukan variasi dan kombinasi aktivitas gerak berirama sesuai dengan gerakan yang dikuasai dan kreativitas kelompok dalam bentuk tulisan dan gambar. Setiap anggota kelompok mencoba secara bersama-sama melakukan variasi dan kombinasi langkah aktivitas gerak berirama tersebut dan saling memberikan umpan balik. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan variasi dan kombinasi aktivitas gerak berirama, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kejujuran, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum | |

| | |
|---|---|
| <p>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>dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</p> <p>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</p> <p>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</p> |
|---|---|

| |
|--|
| <p>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> |
|--|

| Tagihan 1/MG 1 (langkah dasar gerak berirama). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | |
|---|--|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir |
| Tagihan 2/MG 2 (gerakan ayunan lengan gerak berirama). | <ol style="list-style-type: none"> Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran rangkaian gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas gerak berirama. | | | Awal | pelaksana | Akhir |
| Tagihan 3/MG 3 (rangkaiannya langkah kaki dan ayunan lengan gerak berirama). | <ol style="list-style-type: none"> Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 97. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 98. | | | Awal | pelaksana | Akhir |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 1
 Materi Pokok : Bahaya Pergaulan Bebas
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan/2 Minggu (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|--|--|
| | | 3.9. Memahami perlunya pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas”. |
| Tujuan Pembelajaran | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mengkaji, mengemas, dan mempresentasikan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring). Metode: <i>Windows shopping</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruangan/ halaman Laptop Gambar Vidio pembelajaran <i>Handpone</i> Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 107-118). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 273-287). Produk: Pemahaman dan penerapan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat). Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i> dan whatsapp. Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik membagi diri menjadi empat/sesuai dengan pokok bahasan, antara lain: hakikat bahaya pergaulan bebas, dampak bahaya pergaulan bebas bagi diri sendiri dan lingkungan, dan langkah-langkah pencegahan terhadap bahaya pergaulan bebas. Setiap peserta didik berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada kertas <i>plano</i> untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain. Setiap peserta didik membaca dan mencatat hasil diskusi peserta didik lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap peserta didik/empat pertanyaan). Setiap peserta didik mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh peserta didik lain yang membahas pokok bahasan sesuai pertanyaan tersebut, yaitu: hakikat bahaya pergaulan bebas, dampak bahaya pergaulan bebas bagi diri sendiri dan lingkungan, dan langkah-langkah pencegahan terhadap bahaya pergaulan bebas. Setiap peserta didik menyusun simpulan akhir dan membacakannya di depan peserta didik yang lain di akhir pembelajaran secara bergiliran, yang menekankan nilai-nilai: disiplin, kejujuran, kerja sama, percaya diri, dan ingin tahu. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> 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. Peserta didik berdoa. Peserta didik mencuci tangan, memakai masker, dan beristirahat. | |

| | |
|---|--|
| menerapkan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas. | |
|---|--|

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi.
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

| Tagihan 1/MG 1 (membuat materi tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas). | Pengetahuan | Keterampilan | | |
|--|---|-------------------|---------------------|----------|
| | | Menyiapkan materi | Kegiatan presentasi | Simpulan |
| | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran materi pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas. | | | |
| Tagihan 2/MG 2 (mempresentasikan materi tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas). | Pengetahuan | Menyiapkan materi | Kegiatan presentasi | Simpulan |
| | | | | |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Sepak Bola
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|--|---|
| | 3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) | 4.1. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan sepak bola Bola sepak Rintangan (corong) <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 1-8). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 59-78). Produk: Variasi gerak spesifik permainan sepak bola. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain kucing-tikus). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola (menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola ke dalam), yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, secara individu maupun kelompok, dan guru mengamati seluruh aktivitas tersebut. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, sesuai koreksi yang diberikan oleh guru. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola sesuai koreksi oleh guru. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> 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 | |

| | |
|--|---|
| memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola. | <p>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>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> | |

| Tagihan 1/PT 1 (menendang, menahan, dan menggiring bola). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|--|---|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (menyundul bola dan melempar bola). | <p>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan sepak bola.</p> <p>2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan sepak bola.</p> | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain sepak bola menggunakan peraturan dimodifikasi). | <p>1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 18.</p> <p>2. Kerjakan soal esai (1 – 3) pada buku teks Yudhistira hal 19.</p> | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bola Voli
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|--|---|
| | 3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) | 4.1. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola voli dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola voli dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: Saintifik Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan bola voli Bola voli Net (Seutas tali) Stopwach Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 8-14). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 79-92). Produk: Variasi gerak spesifik permainan bola voli. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain kucing-tikus). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli (<i>passing</i> bawah, <i>passing</i> atas, servis bawah, servis atas, <i>smash</i>, dan <i>block/</i> bendungan) secara berpasangan dan berkelompok. Peserta didik mencoba dan melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli secara berpasangan dan berkelompok. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli 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. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> 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. | |

| | |
|---|---|
| permainan bola voli. | b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. |
| Asesmen: | |
| a. Sikap : Jurnal/observasi. | |
| b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. | |
| c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. | |

| Tagihan 1/PT 1 (passing dan servis). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|--|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (smes dan block). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bola voli. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan bola voli. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain bola voli menggunakan peraturan dimodifikasi). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (6 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 18-19. 2. Kerjakan soal esai (4 – 70) pada buku teks Yudhistira hal 19. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bola Basket
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|---|---|
| | 3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) | 4.1. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola basket dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola basket dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: <i>Inquiry/Discovery Learning</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan bola basket Bola basket Net (Seutas tali) <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Erlang-ga (hal. 14-20). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Erlang-ga (hal. 93-106). Produk: Variasi gerak spesifik permainan bola basket. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain mengoperkan bola beranting). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, menembak, dan <i>merebound</i>) sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket bagi kesehatan dan kebugaran. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket sesuai dengan koreksi guru. Seluruh aktivitas aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) | |

| | |
|---|---|
| melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket. | <p>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.</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>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> |
|---|

| Tagihan 1/PT 1 (gerakan melempar, menangkap, dan menggiring). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|--|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (gerakan menembak dan <i>lay-uo shoot</i>). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bola basket. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| | 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan bola basket. | | | | | | |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain bola basket menggunakan peraturan dimodifikasi). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (11 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 19. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| | 2. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 19. | | | | | | |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Rounders
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|---|--|
| | 3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) | 4.2. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan rounders dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> • Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan rounders dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Model: Pembelajaran tatap muka. • Metode: <i>Cooperatif (Cooperative Learning)</i> • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Lapangan rounders ○ Bola rounders ○ Pemukul rounders ○ Tiang hinggap ○ <i>Stopwach</i> ○ Gambar ○ Vidio pembelajaran • Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 22-27). ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 107-121). • Produk: Variasi gerak spesifik permainan rounders. | <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 dalam bentuk <i>game</i> (bermain mengoperkan bola beranting). 2. Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). b. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders (melempar, menangkap, dan memukul bola, berlari menuju <i>base</i>), sesuai dengan pembagian kelompok instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. c. Guru menjelaskan keterkaitannya aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders 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 hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders, yang berbeda dari kelompok asal. f. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders. g. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders peserta didik diawasi dan diberikan koreksi dan diberi umpan balik oleh guru. h. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. i. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. 3. Kegiatan Penutup (15 menit) | |

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders. | <ol style="list-style-type: none"> 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. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. |
|--|---|

| |
|--|
| <p>Asesmen:</p> <ol style="list-style-type: none"> Sikap : Jurnal/observasi. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. |
|--|

| Tagihan 1/PT 1 (melempar dan menangkap bola). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|---|-----------|-----------|--------------|-----------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (memukul bola dan berlari menuju base). | <ol style="list-style-type: none"> Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan rounders. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas permainan rounders. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain rounder menggunakan peraturan dimodifikasi). | <ol style="list-style-type: none"> Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 35. Kerjakan soal esai (1 – 4) pada buku teks Yudhistira hal 36. | | | Awal | pelaksana | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bulu Tangkis
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|---|---|
| | 3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) | 4.2. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: <i>Jigsaw</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan bulu tangkis Shuttlecock Raket Net/jaring <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 27-30). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 122-136). Produk: Variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melambung-lambungkan <i>shuttlecock</i> ke atas). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis (memegang raket, posisi berdiri (<i>stance</i>), gerakan kaki/<i>footwork</i>, servis panjang, servis pendek, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i>, dan pukulan <i>smash</i>). Peserta didik membagi diri ke dalam delapan (8) kelompok sesuai dengan materi. Di dalam kelompok ini setiap peserta didik secara berulang-ulang melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis sesuai dengan nama kelompoknya. Setiap anggota kelompok berkunjung ke kelompok lain untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari kelompok lain setelah mendapatkan aba-aba dari guru. Setiap anggota kelompok kembali ke kelompok masing-masing untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari dan ke kelompoknya sendiri setelah mendapatkan aba-aba dari guru. Peserta didik menerima umpan balik secara individual maupun klasikal dari guru. Peserta didik mencoba tugas hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis ke dalam permainan sederhana, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan | |

| | |
|--|---|
| melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis. | <p>belum dicapai 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>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi.</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> |
|--|

| Tagihan 1/PT 1 (servis, pukulan <i>forehand</i> , dan <i>backhand</i>). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|--|--|-----------|-----------|--------------|-------------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (pukulan smes). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bulu tangkis. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan bulu tangkis. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain bulu tangkis menggunakan peraturan dimodifikasi). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (6 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 35-36. 2. Kerjakan soal esai (5 – 7) pada buku teks Yudhistira hal 37. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Tennis Meja
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan (9 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|--|---|
| | 3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) | 4.2. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan tenis meja dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan tenis meja dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: <i>Cooperatif (Cooperative Learning)</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan tenis meja Bola tenis meja Bet Net/jaring <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 30-38). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 137-151). Produk: Variasi gerak spesifik permainan tenis meja. Deskripsi: Peserta didik | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melambungkan bola ke atas dengan bet). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja (memegang bet, posisi berdiri (<i>stance</i>), gerakan kaki/<i>footwork</i>, servis <i>forehand</i>, servis <i>backhand</i>, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan pukulan <i>smash</i>), sesuai dengan pembagian kelompok instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai. Peserta didik yang memiliki kemampuan lebih baik dapat dijadikan sebagai mediator bagi peserta didik lain dalam kelompok tersebut. Secara kelompok peserta didik berganti tempat untuk mempelajari hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, yang berbeda dari kelompok asal. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja peserta didik diberikan umpan balik oleh guru secara individu maupun kelompok. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan | |

| | |
|--|---|
| secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja. | <p>belum dicapai 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>Asesmen:</p> <p>a. Sikap : Jurnal/observasi</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.</p> <p>c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.</p> |
|---|

| Tagihan 1/PT 1 (servis, pukulan <i>forehand</i> , dan <i>backhand</i>). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|--|-----------|-----------|--------------|-------------|-------|-----------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 2/PT 2 (pukulan smes). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan tenis meja. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan tenis meja. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |
| Tagihan 3/PT 3 (bermain tenis meja menggunakan per-aturan dimodifikasi). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (11 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 36. 2. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 37. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Frekuensi |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Lari Sambung/Estafet
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|--|---|
| | 3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) | 4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lari jarak pendek dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> • Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lari jarak pendek dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Model: Pembelajaran tatap muka. • Metode: Penugasan • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Lapangan atletik ○ Tongkat estafet ○ <i>Start block</i> ○ Tali pembatas ○ <i>Stopwach</i> ○ Gambar ○ Vidio pembelajaran • Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 42-43). ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 165-177). • Produk: Variasi gerak spesifik lari sambung/estafet. • Deskripsi: berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik lari sambung/estafet. | <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 dalam bentuk <i>game</i> (bermain berkumpul dengan berlari ke suatu sasaran). 2. Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet (<i>start</i>, memberi dan menerima tongkat estafet, dan memasuki garis <i>finish</i>). b. Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet. c. Peserta didik menerima umpan balik dari guru tentang hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet. d. Peserta didik melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan. e. Peserta didik mencoba melakukan tugas aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet dalam bentuk perlombaan lari sambung/estafet secara sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok. f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. 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: |
| a. Sikap : Jurnal/observasi. |
| b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. |
| c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. |

| Tagihan 1/PT 1 (start, gerakan lari sambung/estafet, dan memasuki garis <i>finish</i>). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|---|-----------|-----------|--------------|----------------|-------|--------------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana a | Akhir | Jarak Tempuh |
| | | | | | | | |
| Tagihan 2/PT 2 (lomba lari sambung/ estafet menempuh jarak 4 x 50 m). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lari sambung/estafet. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lari sambung/estafet. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (5 – 8) pada buku teks Yudhistira hal 52. 4. Kerjakan soal esai (3 – 4) pada buku teks Yudhistira hal 53. | | | Awal | pelaksana a | Akhir | Jarak Tempuh |
| | | | | | | | |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Lompat Jangkit
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|--|--|
| | 3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) | 4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lompat jangkit dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lompat jangkit dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: Penugasan Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Lapangan atletik Bak lompat jangkit Tali pembatas <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 44-46). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 178-190). Produk: Variasi gerak spesifik lompat jangkit. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit. | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melompat-lompat tali yang direntangkan). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat). Peserta didik mencoba melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri. Peserta didik melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (tolakan/tumpuan), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (awalan), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit, 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. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> 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. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan | |

| | |
|---|--------|
| | salam. |
| | |
| Asesmen: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. | |

| Tagihan 1/PT 1 (awalan, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|---|-----------|-----------|--------------|-------------|-------|---------------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksanaan | Akhir | Jauh Lompatan |
| Tagihan 2/PT 2 (lomba lompat jangkit). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lompat jangkit. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lompat jangkit. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (9 – 12) pada buku teks Yudhistira hal 52-53. 4. Kerjakan soal esai (5 – 7) pada buku teks Yudhistira hal 53. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Jauh Lompatan |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Lempar Lembing
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|---|---|--|
| | 3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) | 4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *) |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lempar lembing dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> • Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lempar lembing dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Model: Pembelajaran tatap muka. • Metode: Komando • Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> ○ Lapangan atletik ○ Sektor lempar lembing ○ Lembing ○ Tali pembatas ○ <i>Stopwach</i> ○ Gambar ○ Vidio pembelajaran • Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal.46-54). ○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 191-203). • Produk: Variasi gerak spesifik lempar lembing. • Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas | <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 dalam bentuk <i>game</i> (berlomba melempar-lempar benda sejauh-jauhnya). 2. Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing (memegang lembing, awalan, melempar lembing, dan gerak lanjutan lempar lembing), baik melalui vidio pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik. b. Peserta didik mencoba hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing, yang telah diperlihatkan melalui vidio pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik. c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan secara berulang-ulang hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, 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 pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing. e. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan. f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. 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 | |

| | |
|--|--|
| variasi gerak spesifik lempar lembing. | pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. |
|--|--|

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi.
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

| Tagihan 1/PT 1 (awalan, melempar lembing, dan menjaga keseimbangan). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|---|--|-----------|-----------|--------------|-------------|-------|---------------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksanaan | Akhir | Jauh Lemparan |
| Tagihan 2/PT 2 (lomba melempar lembing). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lempar lembing. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lempar lembing. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (12 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 53. 4. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 53. | | | Awal | pelaksanaan | Akhir | Jauh Lemparan |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Senam Lantai
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|---|--|
| | 3.6. Memahami kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai. | 4.6. Mempraktikkan kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai. |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| | <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan kombinasi gerak spesifik senam lantai dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan kombinasi gerak spesifik senam lantai dengan benar. |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: Komando Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruang sekolah/ lapangan sekolah Matras <i>Stopwach</i> Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal.81-90). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 233-246). Produk: Kombinasi gerak spesifik senam lantai. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <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 (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (lomba lompat-lompat katak). Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak). Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai (keseimbangan menggunakan kaki, keseimbangan menggunakan lengan, keseimbangan menggunakan kepala, guling ke depan, dan guling dan belakang) yang lebih kompleks dalam aktivitas spesifik senam lantai secara berpasangan dan berkelompok. Peserta didik mencoba dan melakukan tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai secara berpasangan dan berkelompok. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> 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. | |

| | |
|---|---|
| memahami dan melakukan kombinasi gerak spesifik senam lantai. | b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. |
|---|---|

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi.
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

| Tagihan 1/PT 1 (keseimbangan menggunakan kaki, lengan, dan kepala). | Pengetahuan | | | Keterampilan | | | |
|--|--|---|---|---|-----------|-----------|-------|
| | Gerakan | Kesalahan | Perbaikan | Awal | pelaksana | Akhir | |
| Tagihan 2/PT 2 (rangkaian guling depan dan guling belakang). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas gerak spesifik senam lantai. | 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas senam lantai. | 3. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 89. | 4. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 90. | Awal | pelaksana | Akhir |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP N 1 Prembun
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
 Kelas/Semester : VIII / 2
 Materi Pokok : Menjaga Keselamatan di Jalan Raya
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (6 JP)

| Tujuan Pembelajaran | KD 3 | KD 4 |
|--|--|--|
| | 3.10. Memahami cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. | 4.10. Memaparkan cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. |
| | IPK 3 | IPK 4 |
| <ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya dengan benar. | <ul style="list-style-type: none"> Mengkaji, mengemas, dan mempresentasikan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya dengan benar. | |
| Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran | | |
| Materi Pembelajaran | Kegiatan Pembelajaran | |
| <ul style="list-style-type: none"> Model: Pembelajaran tatap muka. Metode: Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>) Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Ruang kelas Laktop Gambar Vidio pembelajaran Sumber Belajar: <ul style="list-style-type: none"> Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 119-132). Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 288-299). Produk: Pemahaman dan penerapan menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. Deskripsi: Peserta didik secara berkelompok memahami dan | <ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (10 Menit) <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 oleh peserta didik. Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat mempelajari dan memahami bahaya, cara penularan, dan cara mencegah HIV/AIDS untuk mewujudkan budaya hidup sehat. Kegiatan Inti (95 Menit) <ol style="list-style-type: none"> Guru menyajikan/menyampaikan sebuah fenomena yaitu: sebuah kejadian kecelakaan di jalan raya. Peserta didik dengan difasilitasi oleh guru menemukan dan mengklarifikasi masalah tersebut. Peserta didik mengidentifikasi masalah dan melakukan curah pendapat dengan difasilitasi oleh guru. Peserta didik dalam kelompok mengklasifikasi apa yang diketahui, apa yang perlu diketahui, apa yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah, dengan menyusun pertanyaan. Peserta didik secara mandiri maupun kelompok mengumpulkan data dan informasi (pengetahuan, konsep, teori) dari berbagai sumber (<i>website</i>, buku siswa, dan lain-lain) untuk menemukan solusi atas masalah yang ditemukan. Peserta didik mengolah hasil pengumpulan informasi untuk dipergunakan sebagai solusi pemecahan masalah dalam kelompok. Peserta didik dalam kelompok berbagi informasi dan diskusi untuk menemukan dan menentukan solusi yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah. Peserta didik menyusun hasil kerja kelompok yang dapat berupa paparan, peragaan atau dalam bentuk lembaran. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas. Peserta didik yang lain mereviu dan memberi tanggapan terhadap kerja kelompok. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> 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 | |

| | |
|---|--|
| menerapkan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. | pembelajaran. b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan. c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam. |
| Asesmen: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio. | |

| Tagihan 1/MG 1 (membuat materi tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya). | Pengetahuan | Keterampilan | | |
|--|---|-------------------|---------------------|----------|
| | | Menyiapkan materi | Kegiatan presentasi | Simpulan |
| Tagihan 2/MG 2 (mempresentasikan materi tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya). | 1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran materi keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. | | | |
| | 2. Buatlah kliping atau makalah tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya. | | | |
| Tagihan 2/MG 2 (mempresentasikan materi tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya). | 1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 131. | | | |
| | 2. Kerjakan soal esai (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 132. | | | |

Mengetahui
Kepala Sekolah

Prembun, 2 Juli 2020
Guru Bidang Studi/Mapel

H. Sugiyatno, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19680112 199103 1 013

Teguh Imam Santoso, S.Pd.Jas.
NIP. 198507132011011007