

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMP NEGERI 2 BANTARBOLANG Mata Pelajaran : PJOK	Kelas/Semester : VII (Tujuh)/Ganjil Alokasi Waktu : 3 x 40 menit (1 x Pertemuan)	P
Materi Pokok : Senam Lantai		

A. Kompetensi Inti, Kompetensi Dasar, dan Indikator Pencapaian Kompetensi;

Kompetensi Inti	
Sikap (K-1 dan KI-2)	
Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, damai), santun, responsif dan proaktif , sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.	
Pengetahuan (KI-3)	Keterampilan (KI-4)
Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah	Mengolah, menalar, menyaji, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri serta bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.6 Memahami berbagai keterampilan dasar spesifik senam lantai.	3.6.1 Mengidentifikasi variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 3.6.2 Menjelaskan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 3.6.3 Menjelaskan cara melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai.
4.6 Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar spesifik senam lantai.	4.6.1 Melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 4.6.2 Menggunakan gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) dalam bentuk rangkaian sederhana senam lantai.

1, Tujuan Pembelajaran
Selama dan setelah mengikuti proses pembelajaran ini peserta didik diharapkan Mampu: <ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah mengamati video siswa mampu Menganalisis variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 2. Setelah mengamati Video siswa mengidentifikasi dan membandingkan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai. 3. Setelah mengamati Vidio siswa mampu berpikir kritis supaya dapat mengembangkan cara melakukan variasi gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) senam lantai 4. Setelah melakukan gerakan (guling depan, guling belakang dan guling lenting) dalam bentuk rangkaian sederhana senam lantai siswa mampu memilih dan berkreasi mengembangkan gerakan senam lantai.

Model Pembelajaran	:	Problem Based Learning Syntific		
Alat dan Media Pembelajaran	:	Laptop , lcd/proyektor, Gawai, Kuota Internet	Sumber belajar	:
	:	Matras, Peluit, Stopwatch, Panduan pemelajaran siswa		Internet, sumber yang relevan
				Buku Guru & Siswa

2, Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran			
Tatap Muka		Online	
Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)			
		Kegiatan	Alokasi Waktu
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran ❖ Mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan (mengecek kehadiran peserta didik) ❖ Menyiapkan psikis peserta didik dalam mengawali kegiatan pembelajaran dengan menanyakan kabar 		Peserta didik dan guru melakukan tatap muka melalui ZOOM Atau Google Meet	15 menit
Sintak pembelajara n	Kegiatan Inti (100 Menit)		
Orientasi peserta didik kepada masalah	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Guru memberikan pertanyaan sebagai stimulus (contoh: Tuliskan Macam-macam gerakan senam lantai) • Guru meminta peserta didik mengeksplorasi informasi dari youtube, buku siswa maupun internet • Roll Depan https://www.youtube.com/watch?v=KKwiPrMYzqY • Roll Belakang https://www.youtube.com/watch?v=_RhjahLM7BQ • Guling Lenteng https://www.youtube.com/watch?v=xvndTcLTt0Y Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Guru mempersilahkan peserta didik untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas tentang senam lantai 	Guru memberi stimulus di WAG Peserta didik mencari informasi tentang mobilitas sosial di internet	90 Menit
Mengorganisasi peserta didik	Mengumpulkan Informasi <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan pengamatan dan menganalisis gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang, dan guling lenteng) melalui media internet. 	Guru memberi tugas melalui WAG	
Membimbing penyelidikan individu dan kelompok	Mengasosiasikan <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menuliskan tahapan-tahapan melakukan gerak senam lantai (guling depan, guling belakang, dan guling lenteng) • Peserta didik menanya jika mendapati sesuatu yang masih belum dipahami. 	Diskusi melalui WAG kelompok	
Proses pemecahan masalah	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mempraktikan gerakan senam lantai dalam bentuk video dengan didampingi orang tua, saudara, atau teman yang dekat dengan rumahnya diatas kasur atau matras. 	Melalui Vidio call Melalui Video Atau melalui Youtube,	

	<ul style="list-style-type: none"> Guru melakukan penilaian dengan mengamati dan menganalisis gerakan yang sudah dilakukan peserta didik. 	facebook dan Telegram	
Kegiatan Penutup (10 Menit)			
<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengungkapkan masalah-masalah yang timbul dalam melakukan kegiatan senam lantai. Guru melakukan evaluasi menyeluruh terhadap gerakan yang sudah dilakukan peserta didiknya Mengagendakan materi atau tugas proyek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajarai pada pertemuan berikutnya Guru meminta salah seorang peserta didik memimpin doa dengan disiplin. 	Dilakukan Melalui aplikasi ZOOM atau Google Meet	15 Menit	

3, Penilaian (Asesmen)

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru

Mengetahui,
Kepala SMP Negeri 2 Bantarbolang



Dasikin, S.Pd
NIP. 19630308 198302 1 003

Pemalang, 20 Juli 2020
Guru Mata Pelajaran



Rifki Azzuhri, S.Pd
NIP. 19920204 201903 1 005