

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMK Negeri 2 Negara
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI/Ganjil
Materi Pokok	: <i>Senam Lantai (Lompat kangkang dan lompat jongkok)</i>
Alokasi Waktu	: 2 Jam pelajaran @ 40 Menit (3 x Pertemuan)

A. Kompetensi Inti

1. **KI-1 dan KI-2:** Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), bertanggung jawab, responsif, dan pro-aktif dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional”.
2. **KI 3:** Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya 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
3. **KI4:** Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator
3.6 Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	3.6.1 Menalisis rangkaian keterampilan gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok) 3.6.2 Menganalisis tahapan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat 3.6.3 Menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat 3.6.4 Menemukan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat
4.6 Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	4.6.1 Melakukan gerakan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat 4.6.2 Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat 4.6.3 Melakukan perlombaan senam lantai dengan peraturan yang dimodifikasi 4.6.4 Mencoba tugas keterampilan rangkaian gerak senam lantai dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerja sama

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Melalui pengamatan **media gambar/video** tentang keterampilan rangkaian gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok) yang disediakan oleh guru, diharapkan dapat **menarik minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran.**
2. Melalui diskusi dan kerja kelompok serta tayangan **video (Youtube)** peserta didik mampu menganalisis tahapan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat.
3. Peserta didik mampu menghubungkan dan menguraikan konsep-konsep (informasi) yang berkaitan dengan senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok) secara kreatif dan bertanggung jawab, melalui link yang diberikan lewat **Goolge Classrom/WAG.**
4. Peserta didik mampu menemukan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat, sehingga **peserta didik yang kurang berbakat dalam gerak menjadi percaya diri.**
5. Peserta didik mampu menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat, melalui diskusi dan tanya jawab secara kritis dan mandiri.
6. Peserta didik mampu melakukan gerakan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat
7. Peserta didik mampu melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat sehingga **memberikan pengalaman gerak yang dapat meningkatkan pondasi yang kokoh agar hidup menjadi aktif, sehat dan bugar.**
8. Peserta didik mencoba tugas keterampilan rangkaian gerak senam lantai dilandasi nilai-nilai **disiplin, percaya diri, keberanian, dan kerja sama**

D. Materi Pembelajaran

Fakta

1. Sejarah dan perkembangan Senam Dunia dan Indonesia.
2. Perlombaan senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok) baik langsung atau melalui media elektronik
3. Latihan teknik senam lantai melalui **media gambar/video.**

Konsep

1. Teknik lompat kangkang
2. Teknik lompat jongkok
3. Variasi dan kombinasi gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok

Prinsip

1. Keterampilan gerak teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat
2. Variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat

Prosedur :

1. Sikap awal
2. Pelaksanaan
3. Sikap akhir

E. Pendekatan, Metode, dan Model Pembelajaran

1. Pendekatan : Saintifik
2. Metode : Diskusi, Tanya Jawab
3. Model : Pembelajaran Kolaboratif, Blended Learning

F. Media, Alat/Bahan, Sumber Belajar

1. Media :

- a. Media Gambar (Internet) rangkaian gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok)
- b. Video pembelajaran (Internet) rangkaian gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok)

2. Alat/Bahan :

- a. Laptop, HP, Komputer

- b. Lapangan, matras, peluit, stopwatch, papan tolak/tumpu

3. Sumber Belajar

- a. e-dukasi.net
- b. Buku refensi PJOK yang relevan
- c. Lingkungan setempat

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Pertemuan Pertama (Materi : Lompat Kangkang)

Pendahuluan (10 menit)

Kegiatan dilakukan melalui **Google Classroom/WAG** :

1. Guru memberi salam, menyapa peserta didik, menanyakan kabar dan kondisi kesehatan mereka. Sambil **mengingatkan peserta didik untuk selalu bersyukur atas segala nikmat Tuhan YME.**
2. Peserta didik berdoa sebelum memulai kegiatan. Guru **menekankan pentingnya berdoa** (agar apa yang akan dikerjakan dan ilmu yang didapat akan bermanfaat). Berdoa dapat dipimpin oleh guru atau salah satu peserta didik yang ditunjuk (**Selama berdoa guru mengamati dengan seksama sikap peserta didik saat berdoa**).
3. Guru bersama peserta didik mengucapkan salam PPK atau tepuk PPK atau mars PPK.
4. Peserta didik diajak menyanyikan salah satu lagu nasional atau lagu daerah
5. **Peserta didik satu demi satu menyampaikan komitmen tentang sikap yang ingin mereka tunjukkan hari ini.** Bisa diawali oleh guru misalnya komitmen guru hari ini ingin menunjukkan perilaku tepat waktu.
6. Peserta didik diajak meneriakkan *yel-yel* penyemangat (guru silahkan berkreasi menciptakan *yel-yel* penyemangat).
7. Guru menyampaikan Indikator Kompetensi yang harus dikuasai.
8. Guru menjelaskan cakupan materi dan tujuan pembelajaran tentang materi lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai. Dimana dalam pertemuan pertama peserta didik diberikan materi lompat kangkang.
9. Guru menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi keterampilan.

Kegiatan Inti (60 Menit)

Strategi / Model Pembelajaran	Aktifitas	Bentuk Kegiatan Belajar	Alokasi waktu
Pembelajaran Tatap Muka / Merumuskan pertanyaan	<p><u>Seeking Information (pencarian Informasi) / Menetapkan masalah atau topik yang akan diselidiki / CRITICAL THINKING AND PROBLEM SOLVING (BERPIKIR KRITIK)</u></p> <p>Apersepsi: Guru memberi apersepsi dengan menjelaskan sekilas tentang materi yang akan di pelajari yaitu lompat kangkang pada senam lantai kepada peserta didik. Selanjutnya guru menampilkan power point mengenai materi senam lantai, serta menunjukan video pembelajaran gerak lompat kangkang.</p> <p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Peserta didik menyimak materi senam lantai melalui power point yang sudah dikirim melalui WAG/Google Classroom oleh guru melalui HP peserta didik, b) Peserta didik menyaksikan video tentang atlet yang melakukan gerakan senam lantai (lompat kangkang) yang ditampilkan oleh guru. c) Peserta didik mengidentifikasi dan menganalisis rangkaian 	Offline	10 Menit

	<p>gerakan lompat kangkang dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir, berdasarkan video yang diberikan oleh guru.</p> <p><i>Dalam kegiatan mengamati dengan menggunakan media elektronik dan e-net diharapkan mampu menarik minat peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.</i></p> <p>Menanya Peserta didik (dengan bimbingan guru) berdiskusi tentang materi senam lantai (lompat kangkang) berdasarkan masalah yang ditemui saat menyimak materi melalui power point / menonton video tersebut, serta menanyakan hal-hal berkaitan dengan konsep gerak lompat kangkang pada senam lantai. Contoh pertanyaan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> Apa yang dimaksud dengan senam lantai ? Sebutkan tujuan dan manfaat melakukan latihan senam lantai? Jelaskan prosedur melakukan gerakan lompat kangkang pada senam lantai ? 		
Kegiatan Inti Mandiri (online) / Merencanakan	<p><u>Merencanakan prosedur pengumpulan dan analisis data / COLLABORATION (KERJASAMA)</u></p> <p>Mengumpulkan Informasi/Eksperimen :</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menugaskan peserta didik untuk mempelajari dan mencari referensi dari berbagai sumber mengenai latihan gerak lompat kangkang (di blog guru/google classroom/WAG atau tautan website lainnya) yang sudah diberikan. Guru memfasilitasi peserta didik yang kesulitan mencari sumber referensi Guru mengulas tentang informasi yang di dapat peserta didik dan memberikan apresiasi terhadap hasil pencarian informasi peserta didik (peserta didik yang berhasil mencari sumber referensi terbanyak). 	Online	10 Menit
Mengumpulkan dan menganalisis data	<p><u>Acquisition Information/Elaborasi Informasi</u></p> <p>Mengasosiasikan/Mengolah Informasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru meminta peserta didik untuk menyiapkan rangkuman materi senam lantai (lompat kangkang) dari berbagai referensi Peserta didik membentuk kelompok, masing-masing kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik di kelas. Peserta didik berdiskusi dan mengelaborasi jawaban masing-masing individu untuk menjadi hasil diskusi kelompok. Peserta didik merumuskan kesimpulan dari data yang diperoleh dan mencermati kembali apa yang telah dituliskan tentang pengertian senam lantai, manfaat latihan senam lantai dan prosedur saat melakukan gerakan senam lantai (lompat kangkang) Masing-masing kelompok menyusun hasil diskusi dalam presentasi Guru memfasilitasi peserta didik dalam proses diskusi kelompok. Guru memposting topik tersebut ke dalam blog (media Google Classroom) sebagai bahan diskusi. Peserta didik bergabung dalam forum diskusi dan menanggapi topik yang telah di posting. 	Offline	15 Menit
		Online dan dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas.	

Menarik kesimpulan	<p><u>Peserta didik berdiskusi untuk menarik kesimpulan dari hasil eksperimen dengan bimbingan guru / COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</u></p> <p><i>(Synthesizing of knowledge/menyimpulkan informasi)</i></p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik melakukan presentasi secara kelompok di depan kelas b. Peserta didik saling mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan oleh kelompok lainnya c. Masing-masing kelompok melakukan tanya jawab atas materi yang sudah dipresentasikan d. Guru membantu menanggapi presentasi kelompok apabila kelompok tersebut mengalami kesulitan. e. Peserta didik mengirimkan hasil presentasi kelompok melalui email guru/ media Google Classroom yang sudah disediakan oleh guru dan guru akan mengunggahnya melalui blog guru. 	Offline Online (dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas).	15 Menit
Penerapan dan tindak lanjut	<p><u>Peserta didik mendiskusikan penerapan hasil kesimpulan dan menemukan pertanyaan lanjutan untuk dicari jawabannya / CREATIVITY (KREATIVITAS)</u></p> <ol style="list-style-type: none"> a) Peserta didik melakukan pemanasan dengan permainan rekreasi yang dipandu oleh guru, kemudian melakukan gerakan lompat kangkang untuk menggali pertanyaan lanjutan. b) Peserta didik menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa laporan hasil pengamatan secara tertulis. c) Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau sebaliknya guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada peserta didik berkaitan dengan materi senam lantai (lompat kangkang) d) Guru melakukan evaluasi dan merekam aktivitas gerak dengan kamera video untuk mendokumentasikan kegiatan gerak peserta didik, sehingga peserta didik dapat mnevaluasi aktivitas gerak lompat kangkang dalam senam lantai. <p><i>Dalam kegiatan ini diharapkan peserta didik yang kurang berbakat dalam gerak menjadi percaya diri dan memberikan pengalaman gerak yang dapat meningkatkan fondasi yang kokoh agar hidup menjadi aktif, sehat dan bugar.</i></p>	Offline	20 Menit
Penutup			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan materi yang belum dipahami oleh peserta didik dan menyimpulkan keseluruhan hasil diskusi. 2. Guru melakukan tanya jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. Misalkan : <ol style="list-style-type: none"> a) Bagaimana perasaan kalian setelah melakukan gerakan lompat kangkang pada senam lantai ? b) Apa yang perlu diperhatikan saat melakukan gerakan lompat kangkang senam lantai ? 3. Sebelum melakukan pendinginan guru memberi tugas kepada peserta didik untuk membuat video rangkaian gerakan lompat kangkang senam lantai secara mandiri, dan dikirim melalui google classroom/google drive guru sebagai bahan evaluasi individu peserta didik dalam keterampilan gerak. 4. Melakukan pelepasan dan pendinginan yang dipimpin guru atau salah satu peserta didik 	Offline Online (dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas).	10 menit

<p>yang dianggap mampu.</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menginformasikan materi minggu depan. Guru memberi tugas kepada peserta didik. Peserta didik bersama guru merayakan keberhasilan pembelajaran dengan mengumandangkan <i>yel-yel</i> penyemangat. Dilanjutkan dengan salam/tepuk/Mars PPK. Sebagai penutup, guru mengajak peserta didik untuk bersyukur atas ilmu dan semua kegembiraan yang telah mereka rasakan di hari ini dengan berdoa bersama. Guru juga mengingatkan tentang sikap berdoa yang baik. Selesai berdoa, peserta didik memberi salam pada guru. 		
---	--	--

2. Pertemuan Kedua (Lompat Jongkok)

Pendahuluan (10 menit)

Kegiatan dilakukan melalui **Google Classroom/WAG** :

- Guru memberi salam, menyapa peserta didik, menanyakan kabar dan kondisi kesehatan mereka. Sambil **mengingatkan peserta didik untuk selalu bersyukur atas segala nikmat Tuhan YME.**
- Peserta didik berdoa sebelum memulai kegiatan. Guru **menekankan pentingnya berdoa** (agar apa yang akan dikerjakan dan ilmu yang didapat akan bermanfaat). Berdoa dapat dipimpin oleh guru atau salah satu peserta didik yang ditunjuk (**Selama berdoa guru mengamati dengan seksama sikap peserta didik saat berdoa**).
- Guru bersama peserta didik mengucapkan salam PPK atau tepuk PPK atau mars PPK.
- Peserta didik diajak menyanyikan salah satu lagu nasional atau lagu daerah
- Peserta didik satu demi satu menyampaikan komitmen tentang sikap yang ingin mereka tunjukkan hari ini.** Bisa diawali oleh guru misalnya komitmen guru hari ini ingin menunjukkan perilaku tepat waktu.
- Peserta didik diajak meneriakkan *yel-yel* penyemangat (guru silahkan berkreasi menciptakan *yel-yel* penyemangat).
- Guru menyampaikan Indikator Kompetensi yang harus dikuasai.
- Guru menjelaskan cakupan materi dan tujuan pembelajaran lompat jongkok pada senam lantai yang merupakan lanjutan dari materi sebelumnya..
- Guru menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi keterampilan.

Kegiatan Inti (60 Menit)

Strategi / Model Pembelajaran	Aktifitas	Bentuk Kegiatan Belajar	Alokasi waktu
Pembelajaran Tatap Muka / Merumuskan pertanyaan	<p><i>Seeking Information (pencarian Informasi) / <u>Menetapkan masalah atau topik yang akan diselidiki / CRITICAL THINKING AND PROBLEM SOLVING (BERPIKIR KRITIK)</u></i></p> <p>Apersepsi: Guru memberi apersepsi dengan menjelaskan sekilas tentang materi yang akan di pelajari yaitu lompat kangkang pada senam lantai kepada peserta didik. Selanjutnya guru menampilkan power point mengenai materi senam lantai, serta menunjukkan video pembelajaran gerak lompat jongkok.</p> <p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik menyimak materi senam lantai melalui power point yang sudah dikirim melalui WAG/Google Classroom oleh guru melalui HP peserta didik, Peserta didik menyaksikan video tentang atlet yang melakukan gerakan senam lantai (lompat jongkok) yang ditampilkan oleh guru. Peserta didik mengidentifikasi dan menganalisis rangkaian gerakan lompat jongkok dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir, berdasarkan video yang diberikan oleh guru. <p><i>Dalam kegiatan mengamati dengan menggunakan media elektronik dan e-net diharapkan mampu menarik minat peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.</i></p>	Offline	10 Menit

	<p>Menanya Peserta didik (dengan bimbingan guru) berdiskusi tentang materi senam lantai (lompat jongkok) berdasarkan masalah yang ditemui saat menyimak materi melalui power point / menonton video tersebut, serta menanyakan hal-hal berkaitan dengan konsep gerak lompat jongkok pada senam lantai. Contoh pertanyaan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> Apa yang dimaksud dengan senam lantai ? Sebutkan tujuan dan manfaat melakukan latihan senam lantai? Jelaskan prosedur melakukan gerakan lompat jongkok pada senam lantai ? 		
Kegiatan Inti Mandiri (online) / Merencanakan	<p><u><i>Merencanakan prosedur pengumpulan dan analisis data / COLLABORATION (KERJASAMA)</i></u></p> <p>Mengumpulkan Informasi/Eksperimen :</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menugaskan peserta didik untuk mempelajari dan mencari referensi dari berbagai sumber mengenai latihan gerak lompat kangkang (di blog guru/google classroom/WAG atau tautan website lainnya) yang sudah diberikan. Guru memfasilitasi peserta didik yang kesulitan mencari sumber referensi Guru mengulas tentang informasi yang di dapat peserta didik dan memberikan apresiasi terhadap hasil pencarian informasi peserta didik (peserta didik yang berhasil mencari sumber referensi terbanyak). 	Online	10 Menit
Mengumpulkan dan menganalisis data	<p><u><i>Acquisition Information/Elaborasi Informasi)</i></u></p> <p>Mengasosiasikan/Mengolah Informasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru meminta peserta didik untuk menyiapkan rangkuman materi senam lantai (lompat jongkok) dari berbagai referensi Peserta didik membentuk kelompok, masing-masing kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik di kelas. Peserta didik berdiskusi dan mengelaborasi jawaban masing-masing individu untuk menjadi hasil diskusi kelompok. Peserta didik merumuskan kesimpulan dari data yang diperoleh dan mencermati kembali apa yang telah dituliskan tentang pengertian senam lantai, manfaat latihan senam lantai dan prosedur saat melakukan gerakan senam lantai (lompat jongkok) Masing-masing kelompok menyusun hasil diskusi dalam presentasi Guru memfasilitasi peserta didik dalam proses diskusi kelompok. Guru memposting topik tersebut ke dalam blog (media Google Classroom) sebagai bahan diskusi. Peserta didik bergabung dalam forum diskusi dan menanggapi topik yang telah di posting. 	Offline	15 Menit
Menarik kesimpulan	<p><u><i>Peserta didik berdiskusi untuk menarik kesimpulan dari hasil eksperimen dengan bimbingan guru / COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</i></u></p> <p><i>(Synthesizing of knowledge/menyimpulkan informasi)</i></p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> Peserta didik melakukan presentasi secara kelompok di depan kelas Peserta didik saling mengemukakan pendapat atas presentasi yang 	Online dan dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas.	15 Menit

	<p>dilakukan oleh kelompok lainnya</p> <p>c) Masing-masing kelompok melakukan tanya jawab atas materi yang sudah dipresentasikan</p> <p>d) Guru membantu menanggapi presentasi kelompok apabila kelompok tersebut mengalami kesulitan.</p> <p>e) Peserta didik mengirimkan hasil presentasi kelompok melalui email guru/ media Google Classroom yang sudah disediakan oleh guru dan guru akan mengunggahnya melalui blog guru.</p>	Online (dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas).	
Penerapan dan tindak lanjut	<p><u>Peserta didik mendiskusikan penerapan hasil kesimpulan dan menemukan pertanyaan lanjutan untuk dicari jawabannya / CREATIVITY (KREATIVITAS)</u></p> <p>a) Peserta didik melakukan pemanasan dalam bentuk permainan rekreasi yang dipandu oleh guru, kemudian melakukan gerakan lompat jongkok untuk menggali pertanyaan lanjutan.</p> <p>b) Peserta didik menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa laporan hasil pengamatan secara tertulis.</p> <p>c) Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau sebaliknya guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada peserta didik berkaitan dengan materi senam lantai (lompat jongkok)</p> <p>d) Guru melakukan evaluasi dan merekam aktivitas gerak dengan kamera video untuk mendokumentasikan kegiatan gerak peserta didik, sehingga peserta didik dapat mnevaluasi aktivitas gerak lompat jongkok dalam senam lantai.</p> <p><i>Dalam kegiatan ini diharapkan peserta didik yang kurang berbakat dalam gerak menjadi percaya diri dan memberikan pengalaman gerak yang dapat meningkatkan fondasi yang kokoh agar hidup menjadi aktif, sehat dan bugar.</i></p>	Offline	20 Menit
Penutup			
	<ol style="list-style-type: none"> Guru menjelaskan materi yang belum dipahami oleh peserta didik dan menyimpulkan keseluruhan hasil diskusi. Guru melakukan tanya jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. Misalkan : <ol style="list-style-type: none"> Bagaimana perasaan kalian setelah melakukan gerakan lompat kangkang pada senam lantai ? Apa yang perlu diperhatikan saat melakukan gerakan lompat jongkok senam lantai ? Sebelum melakukan pendinginan guru memberi tugas kepada peserta didik untuk membuat video rangkaian gerakan lompat jongkok senam lantai secara mandiri, dan dikirim melalui google classroom/google drive guru sebagai bahan evaluasi individu peserta didik dalam keterampilan gerak. Melakukan pelepasan dan pendinginan yang dipimpin guru atau salah satu peserta didik yang dianggap mampu. Guru menginformasikan materi minggu depan. Guru memberi tugas kepada peserta didik. Peserta didik bersama guru merayakan keberhasilan pembelajaran dengan mengumandangkan <i>yel-yel</i> penyemangat. Dilanjutkan dengan salam/tepuk/Mars PPK. Sebagai penutup, guru mengajak peserta didik untuk bersyukur atas ilmu dan semua kegembiraan yang telah mereka rasakan di hari ini dengan berdoa bersama. Guru juga mengingatkan tentang sikap berdoa yang baik. 	Offline Online (dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas).	10 menit

9. Selesai berdoa, peserta didik memberi salam pada guru.		
---	--	--

3. Pertemuan Ketiga (Variasi dan Kombinasi Gerakan Lompat Kangkang dan Lompat Jongkok)

Pendahuluan (10 menit)

Kegiatan dilakukan melalui **Google Classroom/WAG** :

0. Guru memberi salam, menyapa peserta didik, menanyakan kabar dan kondisi kesehatan mereka. Sambil **mengingatkan peserta didik untuk selalu bersyukur atas segala nikmat Tuhan YME.**
1. Peserta didik berdoa sebelum memulai kegiatan. Guru **menekankan pentingnya berdoa** (agar apa yang akan dikerjakan dan ilmu yang didapat akan bermanfaat). Berdoa dapat dipimpin oleh guru atau salah satu peserta didik yang ditunjuk (**Selama berdoa guru mengamati dengan seksama sikap peserta didik saat berdoa**).
2. Guru bersama peserta didik mengucapkan salam PPK atau tepuk PPK atau mars PPK.
3. Peserta didik diajak menyanyikan salah satu lagu nasional atau lagu daerah
4. **Peserta didik satu demi satu menyampaikan komitmen tentang sikap yang ingin mereka tunjukkan hari ini.** Bisa diawali oleh guru misalnya komitmen guru hari ini ingin menunjukkan perilaku tepat waktu.
5. Peserta didik diajak meneriakkan *yel-yel* penyemangat (guru silahkan berkreasi menciptakan *yel-yel* penyemangat).
6. Guru menyampaikan Indikator Kompetensi yang harus dikuasai.
7. Guru menjelaskan cakupan materi dan tujuan pembelajaran tentang materi variasi dan kombinasi lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai.
8. Guru menyampaikan tehnik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal, kompetensi pengetahuan dan kompetensi keterampilan.

Kegiatan Inti (60 Menit)

Strategi / Model Pembelajaran	Aktifitas	Bentuk Kegiatan Belajar	Alokasi waktu
Pembelajaran Tatap Muka / Merumuskan pertanyaan	<p><i>Seeking Information (pencarian Informasi) / <u>Menetapkan masalah atau topik yang akan diselidiki / CRITICAL THINKING AND PROBLEM SOLVING (BERPIKIR KRITIK)</u></i></p> <p>Apersepsi: Guru memberi apersepsi dengan menjelaskan sekilas tentang materi yang akan di pelajari yaitu variasi dan kombinasi lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai kepada peserta didik. Selanjutnya guru menampilkan power point mengenai materi senam lantai, serta menunjukan video pembelajaran.</p> <p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Peserta didik menyimak materi senam lantai melalui power point yang sudah dikirim melalui WAG/Google Classroom oleh guru melalui HP peserta didik, b) Peserta didik menyaksikan video tentang atlet yang melakukan gerakan senam lantai (variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok) yang ditampilkan oleh guru. c) Peserta didik mengidentifikasi dan menganalisis rangkaian gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir, berdasarkan video yang diberikan oleh guru. <p><i>Dalam kegiatan mengamati dengan menggunakan media elektronik dan e-net diharapkan mampu menarik minat peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.</i></p>	Offline	10 Menit

	<p>Menanya</p> <p>Peserta didik (dengan bimbingan guru) berdiskusi tentang materi senam lantai (variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok) berdasarkan masalah yang ditemui saat menyimak materi melalui power point / menonton video tersebut, serta menanyakan hal-hal berkaitan dengan konsep gerakannya. Contoh pertanyaan adalah:</p> <ol style="list-style-type: none"> Apa yang dimaksud dengan senam lantai ? Sebutkan tujuan dan manfaat melakukan latihan senam lantai? Jelaskan prosedur melakukan gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok ? 		
<p>Kegiatan Inti Mandiri (online) / Merencanakan</p>	<p><u>Merencanakan prosedur pengumpulan dan analisis data / COLLABORATION (KERJASAMA)</u></p> <p>Mengumpulkan Informasi/Eksperimen :</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru menugaskan peserta didik untuk mempelajari dan mencari referensi dari berbagai sumber mengenai latihan gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok (di blog guru/google classroom/WAG atau tautan website lainnya) yang sudah diberikan. Guru memfasilitasi peserta didik yang kesulitan mencari sumber referensi Guru mengulas tentang informasi yang di dapat peserta didik dan memberikan apresiasi terhadap hasil pencarian informasi peserta didik (peserta didik yang berhasil mencari sumber referensi terbanyak). 	Online	10 Menit
<p>Mengumpulkan dan menganalisis data</p>	<p>Acquisition Information/Elaborasi Informasi)</p> <p>Mengasosiasikan/Mengolah Informasi</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru meminta peserta didik untuk menyiapkan rangkuman materi senam lantai (variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok) dari berbagai referensi Peserta didik membentuk kelompok, masing-masing kelompok sesuai dengan jumlah peserta didik di kelas. Peserta didik berdiskusi dan mengelaborasi jawaban masing-masing individu untuk menjadi hasil diskusi kelompok. Peserta didik merumuskan kesimpulan dari data yang diperoleh dan mencermati kembali apa yang telah dituliskan tentang pengertian senam lantai, manfaat latihan senam lantai dan prosedur saat melakukan gerakan senam lantai (variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok) Masing-masing kelompok menyusun hasil diskusi dalam presentasi Guru memfasilitasi peserta didik dalam proses diskusi kelompok. Guru memposting topik tersebut ke dalam blog (media Google Classroom) sebagai bahan diskusi. Peserta didik bergabung dalam forum diskusi dan menanggapi topik yang telah di posting. 	Offline	15 Menit
		Online dan dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas.	

Menarik kesimpulan	<p><i>Peserta didik berdiskusi untuk menarik kesimpulan dari hasil eksperimen dengan bimbingan guru / <u>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</u></i></p> <p><i>(Synthesizing of knowledge/menyimpulkan informasi)</i></p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>a) Peserta didik melakukan presentasi secara kelompok di depan kelas b) Peserta didik saling mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan oleh kelompok lainnya c) Masing-masing kelompok melakukan tanya jawab atas materi yang sudah dipresentasikan d) Guru membantu menanggapi presentasi kelompok apabila kelompok tersebut mengalami kesulitan. e) Peserta didik mengirimkan hasil presentasi kelompok melalui email guru/ media Google Classroom yang sudah disediakan oleh guru dan guru akan mengunggahnya melalui blog guru.</p>	<p>Offline</p> <p>Online (dilakukan diluar jam pembelajaran di kelas).</p>	15 Menit
Penerapan dan tindak lanjut	<p><i>Peserta didik mendiskusikan penerapan hasil kesimpulan dan menemukan pertanyaan lanjutan untuk dicari jawabannya / <u>CREATIVITY (KREATIVITAS)</u></i></p> <p>a) Peserta didik melakukan pemanasan dengan permainan rekreasi, kemudian melakukan gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok untuk menggali pertanyaan lanjutan. b) Peserta didik menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa laporan hasil pengamatan secara tertulis. c) Peserta didik bertanya tentang hal yang belum dipahami, atau sebaliknya guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada peserta didik berkaitan dengan materi senam lantai (variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok) d) Guru melakukan evaluasi dan merekam aktivitas gerak dengan kamera video untuk mendokumentasikan kegiatan gerak peserta didik, sehingga peserta didik dapat mnevaluasi aktivitas gerak variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok dalam senam lantai.</p> <p><i>Dalam kegiatan ini diharapkan peserta didik yang kurang berbakat dalam gerak menjadi percaya diri dan memberikan pengalaman gerak yang dapat meningkatkan fondasi yang kokoh agar hidup menjadi aktif, sehat dan bugar.</i></p>	Offline	20 Menit
Penutup			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menjelaskan materi yang belum dipahami oleh peserta didik dan menyimpulkan keseluruhan hasil diskusi. 2. Guru melakukan tanya jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. Misalkan : <ol style="list-style-type: none"> a) Bagaimana perasaan kalian setelah melakukan gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai ? b) Apa yang perlu diperhatikan saat melakukan gerakan variasi dan kombinasi gerak lompat kangkang dan lompat jongkok senam lantai ? 3. Sebelum melakukan pendinginan guru memberi tugas kepada peserta didik untuk membuat video rangkaian gerakan lompat kangkang senam lantai secara mandiri, dan dikirim melalui google classroom/google drive guru sebagai bahan evaluasi individu peserta didik dalam keterampilan gerak. 		<p>Offline</p> <p>Online (dilakukan diluar jam pembelajaran)</p>	10 menit

<ol style="list-style-type: none"> 4. Melakukan pelepasan dan pendinginan yang dipimpin guru atau salah satu peserta didik yang dianggap mampu. 5. Guru menginformasikan materi minggu depan. 6. Guru memberi tugas kepada peserta didik. 7. Peserta didik bersama guru merayakan keberhasilan pembelajaran dengan mengumandangkan <i>yel-yel</i> penyemangat. Dilanjutkan dengan salam/tepuk/Mars PPK. 8. Sebagai penutup, guru mengajak peserta didik untuk bersyukur atas ilmu dan semua kegembiraan yang telah mereka rasakan di hari ini dengan berdoa bersama. Guru juga mengingatkan tentang sikap berdoa yang baik. 9. Selesai berdoa, peserta didik memberi salam pada guru. 	di kelas).	
--	------------	--

H. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik Penilaian (terlampir)

1. Jenis/teknik penilaian (*Terlampir*)

a. Sikap (spiritual dan sosial)

Sikap spiritual

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)

Sikap Sosial

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)

b. Pengetahuan

Penilaian pengetahuan dilakukan secara online melalui **google form** yang diberikan melalui **Google Classrom**

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Tertulis/online (kuis melalui google form)	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk uraian / berbentuk kuis	Sebutkan manfaat dari latihan senam lantai	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)
2.	Penugasan offline/online melalui media google classroom	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esay atau berbentuk kuis	Jelaskan prosedur gerak lompat kangkang dan lompat jongkok	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk pembelajaran (<i>assessment for learning</i>)

c. Keterampilan

Penilaian keterampilan peserta didik dilakukan secara mandiri / bantuan dari temannya yang direkam menjadi sebuah video yang kemudian di kirim melalui **google drive/aplikasi** lainnya dan di evaluasi oleh guru/Tatap muka langsung dengan membagi jumlah peserta didik yang tampil dalam evaluasi/penilaian gerak apabila tidak memungkinkan dalam melakukan evaluasi/penilaian secara daring.

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
1.	Praktik / peserta didik membuat video rangkaian gerak lompat kangkang dan lompat jongkok secara mandiri yang kemudian dikirim melalui link google drive/gmail yang diberikan oleh guru/Tatap muka langsung dengan membagi jumlah peserta didik yang tampil dalam evaluasi/penilaian gerak.	Tugas (keterampilan)	Melakukan rangkaian gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok, dari sikap awal, akhir dan pelaksanaan	Pada akhir pembelajaran	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)

2. Pembelajaran remedial (*Terlampir*)

Dengan pemanfaatan tutor sebaya melalui belajar kelompok untuk menjawab pertanyaan yang diberikan guru tentang hal-hal yang berkaitan dengan lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai .

3. Pembelajaran pengayaan

Mencari artikel tentang senam lantai melalui sumber internet yang kemudian dirangkum dan dikirim melalui **Google Classroom/WAG**.

Jembrana, 13 Juli 2020

Mengetahui
Kepala SMK Negeri 2 Negara

Guru Mata Pelajaran

.....
NIP.

Gede Agus Arisudana, S.Pd.
NIP.

Catatan Kepala Sekolah

.....
.....
.....

Lampiran 1

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah :
Kelas/Semester :
Tahun Pelajaran :

No	Waktu	Nama Peserta didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
Dst.						

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah :
Kelas/Semester :
Tahun Pelajaran :

No	Waktu	Nama Peserta didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
Dst.						

Penilaian Diri

Nama Peserta didik :
Hari/Tgl Pengisian :

Petunjuk

Berdasarkan perilaku kalian selama ini, nilailah diri kalian sendiri dengan memberikan tanda centang (√) pada kolom skor 4, 3, 2, atau 1 pada Lembar Penilaian Diri dengan ketentuan sebagai berikut.

- Skor 4 apabila **selalu** melakukan perilaku yang dinyatakan
- Skor 3 apabila **sering** melakukan perilaku yang dinyatakan
- Skor 2 apabila **kadang-kadang** melakukan perilaku yang dinyatakan
- Skor 1 apabila **jarang** melakukan perilaku yang dinyatakan

Indikator Sikap:

- 1. Keimanan
- 2. Ketaqwaan
- 3. Kejujuran
- 4. Santun
- 5. Disiplin
- 6. Tanggungjawab
- 7. Peduli
- 8. Percaya diri

No	Pernyataan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1	Saya berdoa sebelum dan sesudah menjalankan setiap perbuatan, ikhlas menerima pemberian dan keputusan Tuhan YME, suka berikhtiar, dan tawakal					
2	Saya menjalankan ibadah sesuai ajaran agama yang saya anut, mengikuti ibadah bersama di sekolah, dan mengucapkan kalimat pujian bagi Tuhan YME					

No	Pernyataan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
3	Saya jujur dalam perkataan dan perbuatan, mengakui kesalahan yang diperbuat, mengakui kekurangan yang dimiliki, tidak menyontek dalam ulangan.					
4	Saya hadir dan pulang sekolah tepat waktu, berpakaian rapi sesuai ketentuan, patuh pada tata tertib sekolah (mengenakan helm saat membonceng motor), mengerjakan tugas yang diberikan, dan mengumpulkannya tepat waktu					
5	Saya melaksanakan setiap pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya, mengakui dan meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan, dan menepati janji					
6	Saya membantu orang yang membutuhkan, memelihara lingkungan, mematikan lampu dan keran air jika tidak digunakan, tidak mengganggu/merugikan orang lain					
7	Saya menerima kesepakatan meskipun berbeda dengan pendapat saya, menerima kekurangan orang lain, memaafkan kesalahan orang lain, menerima perbedaan					
8	Saya terlibat aktif dalam kegiatan membersihkan kelas/sekolah, kerja kelompok, mendahulukan kepentingan bersama, dan membantu orang lain tanpa					
9	Saya menghormati orang yang lebih tua, tidak berkata-kata kotor, kasar, dan tidak menyakitkan, mengucapkan terima kasih, meminta ijin ketika menggunakan barang orang lain,					
10	Saya berpendapat/bertindak tanpa ragu-ragu, berani berpendapat, bertanya atau menjawab, presentasi di depan kelas, dan membuat keputusan dengan cepat.					
JUMLAH SKOR						

Penilaian Antar Teman

Nama teman yang dinilai :

Hari/Tanggal :

Penilai :

Petunjuk

Berdasarkan perilaku kalian selama ini, nilailah diri kalian sendiri dengan memberikan tanda centang (√) pada kolom skor 4, 3, 2, atau 1 pada Lembar Penilaian Diri dengan ketentuan sebagai berikut.

Skor 4 apabila **selalu** melakukan perilaku yang dinyatakan
Skor 3 apabila **sering** melakukan perilaku yang dinyatakan

Skor 2 apabila **kadang-kadang** melakukan perilaku yang dinyatakan
Skor 1 apabila **jarang** melakukan perilaku yang dinyatakan

Indikator Sikap:

- | | | |
|--------------|------------------|-----------------|
| 1. Keimanan | 4. Santun | 7. Peduli |
| 2. Ketaqwaan | 5. Disiplin | 8. Percaya diri |
| 3. Kejujuran | 6. Tanggungjawab | |

No	Pernyataan	Skor				Keterangan
		1	2	3	4	
1	Teman saya berdoa sebelum dan sesudah menjalankan setiap perbuatan, ikhlas menerima pemberian dan keputusan Tuhan YME, suka berikhtiar, dan tawakal					
2	Teman saya menjalankan ibadah sesuai ajaran agama yang saya anut, mengikuti ibadah bersama di sekolah, dan mengucapkan kalimat pujian bagi Tuhan YME					
3	Teman saya jujur dalam perkataan dan perbuatan, mengakui kesalahan yang diperbuat, mengakui kekurangan yang dimiliki, tidak menyontek dalam ulangan.					
4	Teman saya hadir dan pulang sekolah tepat waktu, berpakaian rapi sesuai ketentuan, patuh pada tata tertib sekolah (mengenakan helm saat membonceng motor), mengerjakan tugas yang diberikan, dan mengumpulkannya tepat waktu					
5	Teman saya melaksanakan setiap pekerjaan yang menjadi tanggungjawabnya, mengakui dan meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan, dan menepati janji					
6	Teman saya membantu orang yang membutuhkan, memelihara lingkungan, mematikan lampu dan keran air jika tidak digunakan, tidak mengganggu/merugikan orang lain					
7	Teman saya menerima kesepakatan meskipun berbeda dengan pendapat saya, menerima kekurangan orang lain, memaafkan kesalahan orang lain, menerima					
8	Teman saya terlibat aktif dalam kegiatan membersihkan kelas/sekolah, kerja kelompok, mendahulukan kepentingan bersama, dan membantu					
9	Teman saya menghormati orang yang lebih tua, tidak berkata-kata kotor, kasar, dan tidak menyakitkan, mengucapkan terima kasih, meminta izin ketika menggunakan barang orang lain, melakukan pembiasaan					
10	Teman saya berpendapat/bertindak tanpa ragu-ragu, berani berpendapat, bertanya atau menjawab, presentasi di depan kelas, dan membuat keputusan dengan cepat.					
JUMLAH SKOR						
NILAI						

2. Penilaian Pengetahuan

Tes tulis diberikan melalui google classroom, yang kemudian peserta didik menjawab soal tersebut.

1) Kisi-kisi

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Pencapaian Kompetensi	Bentuk Soal	Jml Soal
1	3.6 Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	Senam Lantai	3.6.1 Menalisis rangkaian keterampilan gerak senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok)	Uraian	2
			3.6.5 Menganalisis tahapan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada	Uraian	1

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Pencapaian Kompetensi	Bentuk Soal	Jml Soal
			senam lantai dengan menggunakan alat 3.6.6 Menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat	Uraian	1
			3.6.7 Menemukan variasi dan kombinasi teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat	Uraian	1

- 2) Bentuk soal yang diberikan guru kepada peserta didik melalui google classroom
- Apa yang dimaksud dengan senam lantai ?
 - Jelaskan rangkaian gerak lompat kangkang pada senam lantai ?
 - Jelaskan rangkaian gerak lompat jongkok pada senam lantai ?
 - Sebutkan manfaat latihan gerak senam lantai ?
 - Jelaskan gerakan variasi dan kombinasi lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai ?

Pedoman penskoran

- Penskoran untuk soal no 1,2,3,4, dan 5
 - Skor 5, Jika penjelasan benar dan sangat lengkap
 - Skor 4, jika penjelasan benar dan cukup lengkap
 - Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 25

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai pengetahuan yang diperoleh Peserta didik : $SP/25 \times 100$

Penugasan

- Contoh Kisi-Kisi Penugasan

Nama Sekolah :
Kelas/Semester :
Tahun pelajaran :
Mata Pelajaran :

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Teknik Penilaian
1.	3.6 Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	Senam lantai	3.6.8 Menganalisis tahapan teknik lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai dengan menggunakan alat	Penugasan

- Soal penugasan:
Diskripsikan tehnik gerak lompat kangkang dan jongkok pada senam lantai, dimulai dari sikap awal, sikap pelaksanaan dan sikap akhir dan sertakan gambarnya!

3. Penilaian Keterampilan

Penilaian dilakukan setelah peserta didik mengirimkan video belajar gerak kepada guru melalui **Google Classroom/Google Drive/WAG** atau secara langsung/tatap muka.

a. Lembar pengamatan proses latihan senam lantai (lompat kangkang dan lompat jongkok).

1) Teknik penilaian

Praktik lompat kangkang dan lompat jongkok.

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Peserta didik diminta untuk melakukan latihan gerak lompat kangkang dan jongkok pada senam lantai dilakukan secara berkelompok.

Nama :

Kelas :

Petugas Pengamatan :

(a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik yang menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.

(b) Rubrik penilaian keterampilan gerak (lompat kangkang dan lompat jongkok)

No.	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian			
		Amat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Kurang (1)
1.	Sikap awalan melakukan gerakan				
2.	Sikap pelaksanaan melakukan gerakan				
3.	Sikap akhir melakukan gerakan				
Skor Maksimal (12)					

(c) Pengolahan skor

Skor maksimum: 12

Skor perolehan peserta didik: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: $SP/12 \times 100$

Untuk nilai keseluruhan dimana nilai lompat kangkang + lompat jongkok / 2, sehingga mendapatkan hasil akhir.

LEMBAR KERJA I

Petunjuk:

- Lakukan latihan gerak lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai secara berpasangan
- Diskusikan dengan pasanganmu tentang pengertian senam lantai serta prosedur melakukan gerak lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai.
- Tuliskan hasil diskusi dalam tabel di bawah ini.

a. Menjelaskan pengertian lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai

No.	Latihan	Pengertian
1.	<i>Lompat kangkang</i>	
2.	<i>Lompat jongkok</i>	

- b. Menjelaskan prosedur melakukan melakukan gerak lompat kangkang dan lompat jongkok pada senam lantai

No.	Latihan	Prosedur melakukan
1.	<i>Lompat kangkang</i>	Sikap awal: Pelaksanaan: Sikap akhir:
2.	<i>Lompat jongkok</i>	Sikap awal: Pelaksanaan: Sikap akhir:

4. Setelah selesai, silahkan kirim hasil belajar melalui *Google Classrom/Google Drive/WAG*