

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
DARING

Sekolah : SMA Negeri 1 Taman
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester : X / 1
Materi Pokok : Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 4 Kali Pertemuan (12 JP)

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.5. Menganalisis Konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait Kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrument terstandar.	4.5. Mempraktikkan hasil analisis konsep Latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait Kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) menggunakan instrument terstandar.
	IPK 3	IPK 4
<ul style="list-style-type: none"> Mengidentifikasi dan menguraikan konsep latihan dan pengukuran komponen kebugaran jasmani dengan baik. 	<ul style="list-style-type: none"> Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan hasil analisis latihan kebugaran jasmani dengan benar. 	
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> Metode: <i>Pembelajaran Jarak Jauh (Daring)</i> Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran: <ul style="list-style-type: none"> Laptop/Handphone Vidio Pembelajaran Google Classroom Google Meet WAG Produk: Keterampilan gerak dan hasil latihan kebugaran jasmani. Deskripsi: Peserta didik memahami dan melakukan aktivitas latihan kebugaran jasmani. 	<ol style="list-style-type: none"> Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ul style="list-style-type: none"> ✓ Pembelajaran menggunakan google classroom ✓ Kelas dimulai dengan guru memberi salam dan berdoa. ✓ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai. ✓ Memotivasi siswa untuk tetap belajar dan berolahraga di sekitar rumah saat pandemi virus corona. Kegiatan Inti (105 Menit) <ul style="list-style-type: none"> ❖ Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran latihan kebugaran jasmani yang terkait kesehatan. ❖ Guru memberikan bahan ajar berupa video bentuk-bentuk Latihan kebugaran jasmani kepada peserta didik. ❖ Peserta didik mengamati video yang diberikan oleh guru. ❖ Peserta didik melakukan hasil analisis Latihan kebugaran jasmani sesuai dengan penjelasan guru secara individu. ❖ Peserta didik membuat video saat melakukan Latihan kebugaran jasmani. ❖ Peserta didik mengirimkan video yang telah dibuat kepada guru melalui aplikasi jejaring sosial. ❖ Guru mengamati seluruh video yang telah dikirimkan siswa. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Kegiatan Penutup (15 menit) <ul style="list-style-type: none"> 🚩 Guru meminta peserta didik untuk bergabung dengan google classroom. 	

	<ul 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.✚ Berdoa dan salam.
<p>Asesmen:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Penilaian Afektif (pengamatan dan rekaman sikap)➤ Penilaian Kognitif (Tes tulis melalui google form)➤ Penilaian Keterampilan (Tes praktik melalui video)	

Mengetahui,
Kepala SMA Negeri 1 Taman

Drs. Nurus Shobah, MM.
NIP. 19630713 198803 1 009

Taman, 13 Juli 2020

Guru Penjasorkes

Mokhammad Azwar Anas, S.Pd.
NIP.