

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : MTs.1 Tolitoli
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII/ Genap
Materi Pokok : Kebugaran Jasmani
Alokasi Waktu : 2 JP (2x 30 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran:

1. Melakukan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan
2. Menggunakan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan

B. Kegiatan Pembelajaran:

No	Tahap	Deskripsi Kegiatan
1	Pendahuluan (15 Menit)) Kelas dimulai dengan guru memberi salam dan berdoa) Guru menjelaskan materi yang akan dibahas dengan membagikan modul, artikel atau bacaan melalui aplikasi (messenger group)
2	Inti (30 Menit)) Setelah siswa mempelajari artikelnya, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang belum dipahami) Materi yang diberikan adalah aktivitas kekuatan) Siswa mempraktikkan aktivitas kekuatan) Siswa melakukan praktek dengan menggunakan video kemudian dikirim melalui aplikasi messenger group
3	Penutup (15 Menit)) Guru dan peserta didik melakukan refleksi pada apa yang sudah dipahami dan yang belum) Berdoa dan salam

C. Penilaian Pembelajaran

-) Penilaian Afektif
-) Penilaian Kognitif
-) Penilaian Afektif

Mengetahui :
Kepala Madrasah,

Sumiati, S. Pd.
NIP. 19800720 2005001 2 001

Tolitoli, ... Juni 2020
Guru Mata Pelajaran,

Darman S. Pd
NIP.