

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

(Simulasi Mengajar Calon Pengajar Praktik)

Oleh : Iskandar

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Salatiga
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas / Semester : VII / Gasal
Materi Pokok / Topik : Atletik (Tolak Peluru) : Penguasaan pengetahuan dan praktik variasi dan kombinasi berupa jalan cepat, lari, lompat dan lempar sebagai dasar perlombaan atletik
Tahun Pelajaran : 2021/2022
Alokasi Waktu : 10 Menit

Tujuan Pembelajaran

Melalui praktik Tolak Peluru Siswa dapat :

1. Melakukan cara memegang peluru dengan benar
2. Melakukan cara meletakkan peluru pada bahu dengan posisi yang benar
3. Melakukan tolak peluru gaya membelakangi (O' Brien) dengan benar

Langkah-langkah pembelajaran

A. PENDAHULUAN (2 menit)

- a. Siswa berbaris dengan tertib kemudian berdo'a dan presensi
- b. Apersepsi : menghubungkan materi pembelajaran dengan pengetahuan awal siswa, siswa didorong untuk berani berpendapat terkait pengetahuan gerak dasar menolak
- c. Menyampaikan tujuan pembelajaran
- d. Pemanasan dibagi dalam kelompok-kelompok (setiap kelompok 6 siswa) dari tiap kelompok ada siswa yang bertugas sebagai tutor sebaya dan untuk pemanasan yang memberikan aba-aba/memimpin secara bergantian.

B. KEGIATAN INTI (6 menit)

- a. Mengamati : Siswa diberikan rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik pembahasan dengan memperhatikan penjelasan dari guru
- b. Menanya : Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan materi yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar
- c. Mencoba : Menunjuk salah satu siswa yang telah paham untuk memperagakan gerakan tolak peluru gaya membelakangi
- d. Menyimpulkan : Siswa mengumpulkan informasi yang relevan dari penjelasan guru, pertanyaan-pertanyaan sehingga mereka paham perbedaan melempar dan menolak
- e. Mengkomunikasikan : Siswa dibuat dalam kelompok-kelompok kecil beranggotakan 6 siswa dengan setiap kelompok ada 1 atau 2 siswa yang paham dengan materi agar mereka bisa berdiskusi untuk memahami gerakan (tutor sebaya), pada saat siswa melakukan praktik tolak peluru teman yang lain bertugas mengamati temannya yang sedang melakukan tolak peluru dari cara memegang peluru, cara meletakkan peluru pada bahu dan cara melakukan tolak peluru gaya membelakangi sampai dengan gerak ikutan, disamping itu ada siswa yang mengambil Vidio selama pelaksanaan praktik sebagai tugas proyek .

C. KEGIATAN PENUTUP (2 menit)

- a. Siswa mencoba menyimpulkan pelajaran tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan
- b. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan materi
- c. Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan
- d. Menutup dengan berdo'a

Penilaian

1. Tes Praktik
2. Penilaian Proyek



Salatiga, 27 Desember 2021
Guru Bidang Studi

ISKANDAR, S.Pd.
NIP. 19640312 198803 1 019