

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : UPT SMP Negeri 17 Medan
 Kelas/Semester : VII / Ganjil
 Tema : Aktivitas Pembelajaran Atletik
 Sub Tema : Lari Jarak Pendek
 Pelajaran Ke : I
 Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN:

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Mengidentifikasi teknik start jongkok, teknik lari jarak pendek dan teknik memasuki finish dengan benar.
2. Menpraktekkan teknik start jongkok, teknik lari jarak pendek dan teknik memasuki finish dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

MEDIA	ALAT	SUMBER
<ul style="list-style-type: none"> • Gambar teknik start jongkok, teknik lari dan Teknik memasuki garis finis. • Model siswa atau guru teknik start jongkok, teknik lari dan Teknik memasuki garis finis 	<ul style="list-style-type: none"> • Stop Box • Lapangan atletik atau lapangan sejenisnya (halaman sekolah). • Tali pembatas. • Bendera start. • Peluit dan Stopwatch. 	<ul style="list-style-type: none"> • Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan

PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> • Guru memberi motivasi kepada siswa • Guru melakukan apersepsi • Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan • Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran
KEGIATAN INTI	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi gambar dan bahan bacaan terkait materi <i>lari jarak pendek</i>. (<i>Literasi</i>) • Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi <i>lari jarak pendek</i> (<i>HOTS</i>) • Siswa diberi kesempatan untuk mendiskusikan, mempraktekkan, mengumpulkan informasi, dan saling bertukar informasi mengenai <i>materi lari jarak pendek</i> (<i>Collecting information and Problem solving</i>) • Siswa mempresentasikan hasil kerjanya kemudian ditanggapi siswa yang lainnya (<i>Communication</i>) • Guru dan siswa membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <i>teknik dasar lari jarak pendek</i>. Siswa kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami (<i>Creativity</i>)
PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru bersama siswa merefleksikan pengalaman belajar • Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan (berupa tes tulis) dan presentasi unjuk kerja/hasil karya atau proyek dengan rubrik penilain sebagai nilai ketrampilan.

Mengetahui,
Kepala UPT SMP N 17 Medan

Samiun Alim S.Pd. M.Pd
NIP. 196912061995121001

Medan,
Guru Mapel Penjas

Samiun Alim, S. Pd., M. Pd
NIP. 19691206 199512 1 001