

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	: S M P NEGERI 1 BANJARSARI KAB. LEBAK
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: IX / Genap
Materi Pokok	: Atletik
Pertemuan ke	: 6 dari 1
Alokasi Waktu	: 3 x 40 menit
Model	: Daring ( Metode : WA dan Clasroom)

KD.Pengetahuan

3.1 Memahami variasi dan kombinasi jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional. dan atau tradisional

KD.Keterampilan

4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui pembelajaran Daring (WA / Clasroom) , setelah akhir pembelajaran siswa diharapkan dapat memahami dan mengetahui sejarah Atletik, peraturan pertandingan dan Teknik dasar Atletik dengan baik dan benar dengan ditandai dengan tercapainya indikator sebagai berikut

a. Pengetahuan

1. Memahami dan mengetahui sejarah Atletik
2. Mengerti Tentang Peraturan Pertandingan dan Teknik dasar Atletik.

b. Keterampilan.

1. Memaparkan cara melakukan gerakan Atletik yang benar dalam bentuk tulisan.

**Metoda** = Diskusi dan tanya jawab serta pemberian tugas.

**Alat dan Bahan** = Gambar Lapangan dan Teknik dasar Atletik

**Sumber Belajar** = Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kurikulum 2013 SMP/MTs Kelas IX

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Pertemuan ke-6

#### Pendahuluan

1. Guru menyiapkan peserta didik, mengucapkan salam absensi dan berdoa
2. Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari pada pertemuan ke-enam, yaitu: *Pengertian dan dan Teknik dasar* Atletik.
3. Guru menjelaskan tujuan dan teknik penilaian.

#### Kegiatan Inti

1. *Melalui google class room*
2. Secara berurutan ikuti langkah/skenario belajar ini
3. Bacalah materi yang tersedia (Modul materi 6)
4. Simaklah Gambar tentang Teknik dasar bermain Atletik
5. Silahkan kalian lakukan membaca materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan *teknik dasar* Atletik
6. Silahkan tuliskan dibuku PJOK mu resume dari hasil pengamatan dan bacaan terkait materi hari ini

#### Penutup

1. Alhamdulillah, *teman teman muda*, hari ini kita sudah menyelesaikan materi *Sejarah Atletik dan Teknik dasar Atletik dengan Benar*, kalian luar biasa
2. Apakah kalian masih bersemangat ?
3. Mari kita melakukan refleksi. Apakah pembelajaran ini bermanfaat? Menurut pendapat pendapatmu tentang posisi badan yang benar ketika kita akan melakukan Star Jongkok
4. Teman teman muda, kalian hebat telah menyelesaikan seluruh materi ini dengan baik dan jangan lupa untuk menyelesaikan tagihan/tugas.

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Jenis Penilaian	Teknik Penilaian	Bentuk Penilaian	Instrumen Penilaian
Sikap	Observasi	Jurnal	Lembar Jurnal sikap
Pengetahuan	Tertulis	Penugasan	<i>Tagihan</i>
Keterampilan	Unjuk kerja	Penugasan	<i>Pada pertemuan 7</i>

Mengetahui  
Kepala SMPN 1 Banjarsari

Banjarsari, .....  
Guru Mata Pelajaran

Mumu Muafa Laksana, S.Pd  
NIP. 196402181986031006

Wawan Mulyana, S.Pd  
NIP. 197504072008011008