

SATUAN ACARA PELATIHAN

Nama Pelatihan	: Pelatihan Pengajar Praktik
Nama Mata Diklat	: Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Tujuan pelatihan	: Melalui kegiatan pembelajaran Siswa dapat Memahami berbagai Tehnik gerak start, tumpuan, Tolakan dan mendarat Lompat Jauh Gaya Jongkok.
Indikator pelatihan	: Menjelaskan berbagai tehnik gerak Mulai dari Start, Tumpuan, Tolakan Dan Mendarat Lompat jauh gaya Jongkok
Alokasi waktu	: 10 menit

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran:

a. Kegiatan Pendahuluan (2 Menit)

- Menyiapkan siswa secara Psikis dan fisik untuk mengikuti pembelajaran secara luring.
- Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran dan memeriksa kehadiran peserta didik sebagai sikap disiplin.
- Mengaitkan materi/tema/kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi kegiatan sebelumnya serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat dan menghubungkan dengan materi selanjutnya. di Menyampaikan motivasi tentang tujuan dan manfaat.
- Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai serta metode belajar yang akan ditempuh

b. Kegiatan inti (sintaks model pembelajaran)

Sintaks	Aktivitas
Orientasi Peserta didik pada masalah (Kegiatan Literasi)	Peserta didik menyimak Penjelasan tentang berbagai Tehnik gerak start, tumpuan, Tolakan dan mendarat Lompat Jauh Gaya Jongkok. Peserta didik menyimak tayangan gambar atau video/audio di aplikasi <i>layar Infocus</i> tentang <i>Keterampilan lompat jauh gaya Jongkok, dan Variasi dan Kombinasi</i>
Mengorganisasi peserta didik (Critical Thinking (Berpikir Kritis))	Setelah Dijelaskan Peserta didik mengidentifikasi peristiwa dalam Penjelasan tersebut, sebanyak mungkin dimulai dari pertanyaan faktual sampai bersifat hipotetik yang berhubungan dengan <i>Keterampilan lompat jauh gaya jongkok dan Variasi dan Kombinasi</i>

Membimbing penyelidikan individu/ kelompok (Collaboration)	a. Peserta didik secara Individu, mengumpulkan informasi terkait materi <i>Keterampilan Lompat jauh, dan Variasi dan Kombinasi</i>
Mengembangkan dan menyajikan hasil karya (Communication)	b. Peserta didik mempresentasikan hasil Informasi berupa gambar atau video/audio <i>tentang Keterampilan Lompat jauh gaya jongkok, dan Variasi dan Kombinasi</i> dan kelompok lain menganggapi
Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah (Creativity)	1. Peserta didik menganalisa dan menyimpulkan masukan, tanggapan dan koreksi dari guru terkait pembelajaran yang telah dilakukan tentang <i>Keterampilan Lompat jauh gaya Jongkok.</i> 2. Mengidentifikasi kesalahan dalam melakukan Lompat Jauh gaya Jongkok

c. Kegiatan penutup

- Peserta didik menyimpulkan dan merefleksi pembelajaran, sedangkan guru memberikan umpan balik dan tindak lanjut berupa penugasan secara individu.
- Peserta didik mengucapkan salam.

Sumber Belajar

Buku pendidikan Jasmani SMA Kelas X

Mengetahui,
Kepala SMA N MOWEWE



SAMSUL BAHRI LA MBEDJO, S.Pd., M.Pd
Pembina Tk. 1, Gol IV/b
NIP. 197706242000031005

Mowewe, 22 Desember 2021

Guru PJOK

ASRIANTI
NIP. 198303172009032001