

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) SIMULASI MENGAJAR

Sekolah	: SMP Negeri 2 Wonogiri
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VII / 1 (satu).
Topik	: 6 (Enam)
Materi Pokok	: Aktivitas Pembelajaran Senam Lantai.
Alokasi Waktu	: 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN :

Setelah melalui serangkaian proses kegiatan pembelajaran, peserta didik diharapkan mampu :

1. Memahami teknik dasar gerak senam lantai guling depan dengan baik.
2. Memahami teknik dasar gerak senam lantai guling belakang dengan baik.

B. Kegiatan Pembelajaran

a. Pendahuluan (2 Menit)

- Guru menyampaikan salam, presensi, dan mengkondisikan peserta didik.
- Guru menyampaikan tujuan yang akan dicapai, yaitu memahami teknik dasar gerak senam lantai (guling depan dan guling belakang).
- Guru menyampaikan lingkup penilaian, yaitu kompetensi pengetahuan, dan teknik penilaian yang akan digunakan adalah tes tertulis (jawaban uraian).

b. Kegiatan Inti (6 menit)

KEGIATAN PEMBELAJARAN		ket
Tahap 1 : Orientasi terhadap masalah.	Menyajikan masalah nyata kepada peserta didik: <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik menyaksikan video tentang teknik dasar gerak guling depan dan guling belakang.• Guru mengajukan permasalahan tentang teknik gerak guling depan dan guling belakang, yaitu tentang kesulitan /hambatan saat melakukan gerakan guling depan dan guling belakang.	
Tahap 2 : Organisasi belajar.	Memfasilitasi siswa untuk memahami masalah nyata : <ul style="list-style-type: none">• Guru membentuk kelompok diskusi.• Peserta didik berdiskusi tentang bagaimana cara melakukan dan bagaimana cara memberikan bantuan kepada teman yang mengalami kesulitan guling depan dan guling belakang.	
Tahap 3: Penyelidikan individual atau kelompok	Melakukan pengumpulan data/informasi melalui berbagai macam cara untuk menyelesaikan masalah	
Tahap 4: Pengembangan dan penyajian hasil penyelesaian masalah.	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik menetapkan solusi penyelesaian masalah.• Peserta didik menyusun hasil kerja kelompok yang dapat berupa paparan, peragaan atau dalam bentuk lembaran	
Tahap 5 : Analisis dan evaluasi proses penyelesaian masalah	Memfasilitasi peserta didik untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap proses penyelesaian masalah yang dilakukan. <ul style="list-style-type: none">• Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok didepan kelas.• Siswa yang lain mereview dan memberi tanggapan terhadap kerja kelompok	

c. **Penutup (2 Menit)**

- Guru melakukan tanya jawab dengan siswa berkaitan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan.
- Guru bersama siswa melakukan review dan refleksi atas pembelajaran yang dilaksanakan.
- Guru memberikan apresiasi atas partisipasi semua pihak.
- Salam.

C. PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

1. Jenis / teknik penilaian :

- a. Sikap spriritual / sosial : Observasi.
- b. Pengetahuan : Tes tertulis (soal uraian)

Wonogiri, 11 Juli 2021

Mengetahui

Kepala SMP N 2 Wonogiri

Guru Mata Pelajaran

Hartanto, S.Pd., M.Pd

NIP.19710611 199702 1 001

W. Listyono, S.Pd

NIP. 19831102 200604 1 004

Lampiran 1.

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dibuat dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Wonogiri

Kelas/Semester : VII/Semester 1

Tahun Pelajaran : 2021/2022

NO	WAKTU	NAMA PESERTA DIDIK	CATATAN PERILAKU	BUTIR SIKAP	TANDA TANGAN	TINDAK LANJUT
1						
2						
dst						

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Wonogiri

Kelas/Semester : VII/Semester 1

Tahun Pelajaran : 2021/2022

NO	WAKTU	NAMA PESERTA DIDIK	CATATAN PERILAKU	BUTIR SIKAP	TANDA TANGAN	TINDAK LANJUT
1						
2						
dst						

2. Penilaian Pengetahuan

a. Tes tertulis

1) Kisi-kisi penulisan soal

NO	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Pencapaian Kompetensi	Bentuk Soal	Jumlah soal
	3.6 Memahami konsep berbagai keterampilan dasar dalam aktivitas spesifik senam lantai.	Senam Lantai	1. Mengidentifikasi macam-macam gerakan senam lantai.	Uraian	1
			2. Menjelaskan pengertian gerakan guling depan.	Uraian	1
			3. Menjelaskan teknik dasar senam lantai guling depan awalan jongkok,	Uraian	1

2) Soal

- 1) Sebutkan macam-macam gerakan senam lantai!
- 2) Jelaskan pengertian gerakan guling depan dan guling belakang!
- 3) Jelaskan cara melakukan gerakan guling depan dengan awalan jongkok!

3) Kunci jawaban

- 1) Macam-macam gerakan senam lantai adalah guling depan, guling belakang, guling lenting, meroda, kayang.
- 2) Pengertian roll depan adalah gerak badan berguling kedepan melalui bagian belakang badan, dimulai dari tengkuk, punggung, pinggang dan panggul. Sedangkan guling belakang adalah kebalikan dari guling depan yaitu gerak berguling kebelakang melalui bagian belakang badan, dimulai dari pinggul, pinggang, punggung, dan tengkuk.
- 3) Cara guling depan dengan awalan jongkok :
 - Sikap awal jongkok, kedua kaki rapat, lutut menempel ke dada. Kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kurang lebih 40 cm.
 - Bengkokkan kedua tangan, letakkan tengkuk ke matras dengan cara menundukan kepala dan dagu sampai menempel dada.
 - Setelah itu lanjutkan dengan melakukan gerakan guling ke depan.
 - Ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan dua tangan menuju posisi jongkok.
 - Sikap akhir gerakan sama dengan sikap awal gerakan.

4). Pedoman penskoran

a) Penskoran :

(1) Soal nomor 1

- a. Skor 4, jika jenis disebut secara lengkap
- b. Skor 3, jika jenis disebut 3 saja
- c. Skor 2, jika jenis disebut 2 saja.
- d. Skor 1, jika jenis disebut 1 saja.

(2) Soal nomor 2

- a. Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- b. Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap.
- c. Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap.
- d. Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

(3) Soal nomor 3

- a. Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
- b. Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap.
- c. Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap.
- d. Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 12

Skor perolehan siswa: SP

Nilai pengetahuan yang diperoleh siswa: $SP/12 \times 100$