



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA SELATAN
DINAS PENDIDIKAN

SMAN SUMATERA SELATAN

Jl. PangeranRatu RT. 11 RW. 08 Kel. 8 Ulu, Kec. SeberangUlu 1
Palembang 30252

☎(0711) 7539549Fax(0711)7539766

Website : <http://smansumsel.sch.id> Email : info@smansumsel.sch.id



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMAN SUMATERA SELATAN
Kelas / Semester : XII / I
Tema : Kebugaran Jasmani
Sub Tema : Program Kebugaran Jasmani
Pembelajaran ke : 1 (Satu)
Alokasi waktu : 10 menit

KOMPETENSI INTI

- K1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
- K2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, santun, peduli (gotongroyong, kerjasama, toleran, damai), bertanggungjawab, responsif, dan pro-aktif, dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, kawasan regional, dan kawasan internasional.
- K3 : Memahami, menerapkan, menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat teknis, spesifik, detil, dan kompleks berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
- K4 : Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara efektif, kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, komunikatif, dan solutif dalam ranah konkret dan abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu menggunakan metoda sesuai dengan kaidah keilmuan.



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA SELATAN
DINAS PENDIDIKAN

SMAN SUMATERA SELATAN

Jl. PangeranRatu RT. 11 RW. 08 Kel. 8 Ulu, Kec. SeberangUlu 1
Palembang 30252

☎(0711) 7539549Fax(0711)7539766

Website : <http://smansumsel.sch.id> Email : info@smansumsel.sch.id



A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah kegiatan pembelajaran melalui model pembelajaran *Cooperatif Learning* diharapkan:

1. Siswa dapat memahami dan mampu menyusun program latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani terkait, kesehatan (daya tahan Jantung-paru-peredaran darah, kekuatan otot, kelenturan dan komposisi tubuh) secara individu, sistematis, dan terukur.
2. Siswa dapat menyajikan hasil telaah dalam bentuk menyusun program latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani terkait kesehatan (daya tahan Jantung-paru-peredaran darah, kekuatan otot, kelenturan dan komposisi tubuh) secara individu, sistematis, dan terukur disertai nilai jujur, disiplin, dan tanggung jawab.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

No	Kegiatan	Nilai-nilai Karakter, 4C, Literasi, PPK	Waktu
1.	Pendahuluan <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberi salam dan berdoa2. Melakukan absensi siswa3. Menyanyikan lagu daerah4. Melakukan apersepsi dan motivasi5. Menyampaikan kompetensi dasar dan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai.	Disiplin Religius. Nasionalis	3 Menit
2.	Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none">1. Guru memberikan waktu membaca buku pada materi kebugaran jasmani secara screening2. Guru menyajikan informasi kepada siswa dalam bentuk <i>slide</i> PPT atau lewat bahan bacaan.3. Siswa dibagi dalam 4 kelompok belajar dan membantu agar melakukan transisi secara efisien.	Literasi Berpikir kritis Kreatif Komunikasi Kerjasama	6 Menit



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA SELATAN
DINAS PENDIDIKAN

SMAN SUMATERA SELATAN

Jl. PangeranRatu RT. 11 RW. 08 Kel. 8 Ulu, Kec. SeberangUlu 1
Palembang 30252

☎(0711) 7539549Fax(0711)7539766

Website : <http://smansumsel.sch.id> Email : info@smansumsel.sch.id



	<p>4. Guru mengamati kelompok belajar pada saat siswa-siswa mengerjakan tugas.</p> <p>5. Siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok dengan menempelkan kertas ke papan tulis dan mempresentasikan hasil kerja kelompoknya.</p>		
3.	<p>Penutup</p> <p>a. Siswa dan guru mereview hasil kegiatan pembelajaran dan memberikan apresiasi terhadap hasil kerja kelompok yang terbaik</p> <p>b. Guru memberikan apresiasi kepada kelompok presentasi terbaik.</p> <p>c. Memberi salam dan berdoa</p>	Religius	1 Menit ,

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

RubrikPresentasiKelompok

Rubrik ini dirancang untuk menilai presentasi kelompok. Rubrik ini harus digunakan dengan memperhatikan penampilan kelompok secara keseluruhan, maupun kontribusi masing-masing anggotanya.

Kelompok yang dinilai: _____

ASPEK	SANGAT BAIK: 4	BAIK: 3	CUKUP: 2	KURANG: 1	SKOR
ORGANISASI	Presentasi sangat terorganisasi dan sangat mudah diikuti. Transisi antar anggota kelompok terencana dengan baik dan dilaksanakan dengan rapi.	Presentasi cukup terorganisasi dan cukup mudah diikuti. Transisi mungkin sedikit terputus tetapi tidak mengambil banyak waktu dari keseluruhan presentasi.	Presentasi tidak diatur dengan jelas. Transisi antar anggota terlihat canggung.	Presentasi sama sekali tidak terorganisasi. Transisi antar anggota kelompok tampak buruk. Presentasi kurang teratur dan sangat sulit diikuti.	
KERJA SAMA/ PARTISIPASI	Kerja sama kelompok berlangsung sangat baik satu sama lain dan presentasi dibagikan secara merata di antara anggota kelompok.	Kerja sama kelompok berlangsung baik satu sama lain dan berkomunikasi dengan baik. Beberapa anggota berpartisipasi sedikit lebih banyak daripada yang lain.	Komunikasi kelompok relatif baik dengan beberapa penyimpangan dalam presentasi; beberapa anggota mendominasi presentasi dan yang lain tidak banyak berpartisipasi.	Kerja sama kelompok tidak berlangsung dengan baik. Ada miskomunikasi yang jelas dan penyimpangan dalam presentasi.	



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA SELATAN
DINAS PENDIDIKAN

SMAN SUMATERA SELATAN

Jl. PangeranRatu RT. 11 RW. 08 Kel. 8 Ulu, Kec. SeberangUlu 1
Palembang 30252

☎(0711) 7539549Fax(0711)7539766

Website : <http://smansumsel.sch.id> Email : info@smansumsel.sch.id



PENGETAHUAN	Anggota kelompok memiliki pengetahuan materi yang sangat kuat dan materi tersebut disampaikan secara menyeluruh. Tidak ada kesalahan yang dilakukan sehubungan dengan pengetahuan materi.	Sebagian besar anggota kelompok memiliki pemahaman yang kuat tentang materi. Sedikit elemen materi yang hilang atau mengandung kesalahan kecil.	Anggota kelompok hanya memiliki pemahaman yang sedikit tentang materi. Beberapa kesalahan dibuat selama presentasi.	Anggota kelompok hanya memiliki sedikit atau bahkan tidak ada pemahaman tentang materi yang dibahas dalam presentasi.	
MEDIA	Media yang digunakan efektif selama presentasi. Anggota kelompok menggunakan media tersebut sebagai suplemen, bukan sebagai penopang.	Media yang digunakan agak efektif tetapi tidak digunakan secara konsisten selama presentasi.	Media yang digunakan tidak mendukung presentasi verbal. Media tersebut kekurangan informasi, atau anggota kelompok hanya membaca media tersebut.	Tidak menggunakan media sama sekali.	
KOMENTAR					

Kelompok Penilai: _____

Paraf Anggota Kelompok Penilai,

Palembang, Juli 2021

Mengetahui
Kepala SMAN Sumatera Selatan,

Guru Mata Pelajaran,

Iswan Djati Kusuma, S.Pd., M.Si.
Pembina Tingkat 1
NIP. 196912232000121001

Agik Agdila, S.Pd.