

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMPN 23 Palembang
 Mata Pelajaran/Tema : PJOK
 Kelas/Semester : VIII/Gazal
 Kompetensi Dasar : 1.1
 Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Permainan Sepak Bola)
 Alokasi Waktu : 6JP (3X Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

Melalui pembelajaran kelas online setelah akhir pembelajaran diharapkan :

1.1 Siswa dapat mengidentifikasi, menguraikan, menerapkan variasi gerak spesifik Dalam permainan sepak bola dengan baik dan benar

1.2 Siswa dapat mempraktikkan, mendemonstrasikan variasi gerak spesifik dengan Baik dan benar

No.	Kegiatan	Langkah Pembelajaran	Peralatan	Sumber belajar/ Metode
1.	Pendahuluan (15 Menit)	1.1 Berdo'a dan Absensi 1.2 Menjelaskan cakupan materi pembelajaran 1.3 Memberikan motivasi 1.4 Pemanasan stretching statis dan dinamis 1.5 Aktipitas fisik mengarah ke- Materi ajar	-Lapangan Sepak bola -Bola kaki / -bola Plastik -Bola karet -Peluit -Jam tangan -Stopwatch	Buku Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
2.	Inti (60 Menit) Pertemuan Pertama	2.1 Belajar melalui Whats app 2.2 Baca buku paket yang tersedia 2.3 Simak video tentang latihan Variasi sepak bola 2.4 Sebelum berlanjut kalian siapkan bola kaki/bola plastik/bola Karet dan sejenisnya 2.5 Silakan kalian lakukan latihan Variasi menendang bola dengan Bantuan kakak,adiknya		
3.	Pertemuan Kedua (60 Menit)	3.1 belajar melalui wahats app 3.2 Baca buku paket yang tersedia 3.3 Simak tentang video latihan Variasi menahan bola dan menyundul bola 3.4 Siebelum berlanjut kalian siapkan bola kaki,bola plastik,bola Karet atau yang sejenis 3.5 Silakan latihan variasi menahan dan menyundul bola		

4.	Pertemuan Ke tiga (60 Menit)	4.1 Belajar melalu whats app 4.2 Baca buku paket yang telah tersedia 4,3 Simak Video tentang latihan Variasi menggiring bola Dengan kaki bagian dalam,luar Dan punggung kaki 4.4 Sebelum berlanjut siapkan bola Kaki/bola plastik/bola karet Atau yang sejenisnya 4.5 Lakukan latihan variasi menggiring bola dengan kaki bagian Dalam,lusr dan punggung kaki		
5	Penutup (15 Menit)	5.1 Alhamdulillah peserta didik Telah dapat menyelesaikan Materi pembelajaran sepak – Bola dengan baik kalian anak Yang hebat dan luar biasa 5.2 repleksi mudah-mudahan pembelajaran kita ini dapat ber-Manfa’at bagi kita semuanya		

Penilaian :

Penilaian Sikap (Jurnal)

Penilaian Pengetahuan :

1. Berikan contoh Variasi teknik dasar permainan sepak bola ...?

2. Jelaskan cara menggiring bola kaki?

Penilaian Keterampilan : Buatlah video pendek yang bedurasi 3 menit cara menendang bola kaki

Mengetahui
Kepala SMP Negeri 23 Palembang

Palembang,9 Agustus2020
Guru PJOK

Drs.Liswanto, M.Si
NIP.196009091987011002

Suharna, S.Pd
NIP.196609261989031005

