

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan pendidikan : SMPN 2 Talang Muandau
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / Genap
Materi Pokok : Pola Makan Sehat, Bergizi Dan Seimbang
Alokasi Waktu :

A. TUJUAN PEMEBELAJARAN

1. teks peserta didik dapat menjelaskan pengertian pola makan sehat, bergizi, dan seimbang
2. Menjelaskan pengaruh gizi makanan terhadap daya tahan, daya kerja, pertumbuhan jasmani dan mental

B. Media yang digunakan

Laptop, smartpone, computer dan sinyal internet

C. Kegiatan pembelajaran

Pendahuluan

- ✓ Melalui google meet grup guru membuka pemebelajaran dengan salam pembukaan untuk memulai pembelajaran, mengecek kehadiraasiswa
- ✓ MenAnyakan keadaan siswa

Inti

- ✓ Guru mengajak peseta didik untuk mengamati buku panduan penjaskes tentang materi POLA MAKANAN SEHAT, BERGIZI DAN SEHAT
- ✓ Guru menyampaikan motivasi tujuan dan manfaaat mempelajari materi pola makan sehat, bergizi dan seimbang
- ✓ Siswa memeberikan komentar tentang deskripsi materi tersebut
- ✓ Siswa mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dan dapat dikumpulkan melalui WA pribadi dan Google document

Penutup

- ✓ Guru memberikan refleksi dan informasi tentang program pembelajaran daring selanjutnya

D. Penilaian

Aspek sikap : Cara komunikasi di grup goole meet dan WA grup
Aspek Pengetahuan : tes bentuk soal pilihan ganda di google form
Aspek keterampilan :hasil kerja praktek refleksi yang ditulis di buku tugas kemudian difoto dan dikirimkan melalui aplikasi WA grup atau Google Documen

GURU MAPEL

BOTTOR BATARA, S.Pd