

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: MTs 2 Kota Palu
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: IX (Sembilan) / 2 (Dua)
Materi Pokok	: Aktivitas Fisik Dalam Pencegahan Penyakit
Alokasi Waktu	: 6 x 2 Jam Pelajaran @40 Menit (3 Pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat :

Pertemuan I :

- Memahami pengertian aktivitas fisik.
- Menjelaskan manfaat melakukan aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit .

Pertemuan II :

- Menjelaskan dampak/akibat apabila tidak melakukan aktivitas fisik
- Menjelaskan cara melakukan aktivitas fisik untuk mencegah penyakit.

Pertemuan III :

- Menyusun laporan tentang peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit.
- Mempresentasikan laporan tentang peran aktivitas fisik terhadap pencegahan penyakit.

B. Langkah-Langkah Pembelajaran

1. Pertemuan Ke-1, 2, dan 3 (3 x 40 Menit)

Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)

Guru :

Orientasi, Apersepsi, Motivasi, Pemberian Acuan

Kegiatan Inti (130 Menit)

Sintak Model Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
Stimulation (stimulasi/ pemberian rangsangan)	<u>KEGIATAN LITERASI</u> Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi dengan cara : Melihat, Mengamati, Membaca, Menulis Mendengar, Menyimak materi <i>Pengertian aktivitas fisik</i>
Problem statemen (pertanyaan/ identifikasi masalah)	<u>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u> Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar mengenai materi <i>Pengertian aktivitas fisik</i>
Data collection (pengumpulan data)	<u>KEGIATAN LITERASI</u> Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan yang telah diidentifikasi melalui kegiatan: Mengamati obyek/kejadian, Membaca sumber lain selain buku teks, melakukan aktivitas menarik, Wawancara/ tanya jawab dengan nara sumber tentang materi <i>Pengertian aktivitas fisik, Melakukan ktivitas fisik, dan menyusun program latihan sementara</i> <u>COLLABORATION (KERJASAMA)</u> Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk Mendiskusikan, Mengumpulkan informasi, Mempresentasikan ulang, Saling tukar informasi mengenai materi <i>Pengertian aktivitas fisik</i>
Data processing (pengolahan Data) Verification (pembuktian)	<u>COLLABORATION (KERJASAMA) dan CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u> Peserta didik dalam kelompoknya berdiskusi mengolah data hasil pengamatan dengan cara : Berdiskusi, Mengolah informasi, mengerjakan soal tentang data dari Materi <i>Pengertian aktivitas fisik, Melakukan aktivitas fisik, dan menyusun program latihan sementara</i> <u>CRITICAL THINKING (BERPIKIR KRITIK)</u> Peserta didik mendiskusikan hasil pengamatannya dan memverifikasi hasil pengamatannya dengan data-data atau teori pada buku sumber melalui kegiatan Pengolahan informasi materi <i>Pengertian aktivitas fisik, Melakukan aktivitas fisik, dan Menyusun program latihan sementara</i>
Generalization (menarik kesimpulan)	<u>COMMUNICATION (BERKOMUNIKASI)</u> Peserta didik berdiskusi untuk menyimpulkan Menyampaikan hasil diskusi, Mempresentasikan hasil diskusi, Mengemukakan pendapat, Bertanya atas presentasi tentang materi <i>Pengertian aktivitas fisik, Melakukan aktivitas fisik, dan menyusun program latihan sementara</i> <u>CREATIVITY (KREATIVITAS)</u> → Menyimpulkan tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan berupa : Laporan hasil pengamatan secara <i>tertuli</i> , Menjawab pertanyaan, Bertanya tentang hal yang belum dipahami, Menyelesaikan uji kompetensi untuk materi <i>Pengertian aktivitas fisik, Melakukan aktivitas fisik, dan Menyusun program latihan sementara</i>

Catatan : Selama pembelajaran Fungsi Sosial berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percaya diri, berperilaku jujur, tangguh menghadapi masalah tanggungjawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan

Kegiatan Penutup (15 Menit)

Peserta didik :

- Membuat resume (CREATIVITY) dengan bimbingan guru tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran tentang materi Fungsi Sosial yang baru dilakukan.
- Mengagendakan pekerjaan rumah untuk materi pelajaran yang baru diselesaikan.
- Mengagendakan materi atau tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja yang harus mempelajarai pada pertemuan berikutnya di luar jam sekolah atau dirumah.

Guru :

- Memeriksa pekerjaan siswa yang selesai langsung diperiksa untuk materi pelajaran
- Peserta didik yang selesai mengerjakan tugas projek/produk/portofolio/unjuk kerja dengan benar diberi paraf serta diberi nomor urut peringkat, untuk penilaian tugas
- Memberikan penghargaan untuk materi pelajaran Fungsi Sosial kepada kelompok yang memiliki kinerja dan kerjasama yang baik.

C. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik Penilaian

a. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

- 1) Tes Tertulis
 - a) Uraian/esai

b. Penilaian Kompetensi Keterampilan

- 1) Unjuk kerja

2. Instrumen Penilaian

- a. Pertemuan Pertama (Terlampir)
- b. Pertemuan Kedua (Terlampir)

3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

- a. Remedial
- b. Pengayaan

Palu, Januari 2020

Mengetahui
Kepala Madrasah

Guru Mata Pelajaran

MUH. SYAMSU NURSI, S.Pd.I.,MM
Nip. 19790711 200701 1 013

MUSLIMIN, S.Pd
Nip. 19691106 199401 1 001