

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP Negeri 4 Tumijajar  
 Mata Pelajaran : PJOK  
 Kelas/ Semester : VII/ Ganjil  
 Materi Pokok : *Aktivitas Atletik Lari Jarak Pendek*  
 Alokasi Waktu : 60 Menit

### A. Kompetensi Inti : KI,K2,K3,K4

### B. Kompetensi Dasar

- 3.3 Memahami gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional. \*)  
 4.3 Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional. \*)

### C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Mengidentifikasi berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek
2. Menjelaskan berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek
3. Menjelaskan cara melakukan berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek
4. Melakukan berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek
5. Menggunakan berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek dalam bentuk perlombaan dengan peraturan yang dimodifikasi.

### D. Media Pembelajaran dan Sumber Belajar

- a) **Model pembelajaran** : Problem basic learning dan projek basic learning dengan pendekatan (TPACK)
- b) **Media Pembelajaran** : Media berbasis internet dan pemanfaat ICT
- c) **Sumber Belajar** : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan kelas VII, Buku PJOK lain yang relevan, internet, narasumber, lingkungan sekitar, dan sumber lain yang relevan.

### E. Langkah-Langkah Pembelajaran

<b><i>Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)</i></b>	
Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan berdoa untuk memulai pembelajaran dipandu melalui grup Whatsapp, dan siswa mengisi daftar hadir Online Yang dikirim Guru ke Grup Whatsapp	
<b><i>Melalui Group Whatsapp</i></b> guru Menyampaikan motivasi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan & manfaat) dengan mempelajari materi : <b><i>Lari Jarak Pendek</i></b>	
<b><i>Melalui Group Whatsapp</i></b> guru Menjelaskan hal-hal yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh,	
<b><i>Kegiatan Inti ( 30 Menit )</i></b>	
<b>Kegiatan Literasi</b>	<b><i>Melalui Group Whatsapp</i></b> Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan dalam bentuk power poin terkait materi : <b><i>Atletik Lari Jarak Pendek</i></b>

	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=tW5146oyTSs">https://www.youtube.com/watch?v=tW5146oyTSs</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zVRRTWgLgpA">https://www.youtube.com/watch?v=zVRRTWgLgpA</a>
<b>Critical Thinking</b>	<p><i>Melalui Group Whatsapp</i> Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi :</p> <p><b>Atletik Lari Jarak Pendek</b></p>
<b>Collaboration</b>	<p>Peserta didik bersama orang tua mendiskusikan, mengumpulkan kemudian Lari Jarak Pendek melalui <b>aplikasi zoom /google met</b> siswa mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi dengan siswa lain mengenai :</p> <p><b>Atletik Lari Jarak Pendek</b></p>
<b>Communication</b>	<p><i>Melalui Group Whatsapp</i> Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu materi <b>Lari Jarak Pendek</b> secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan.</p>
<b>Creativity</b>	<p><i>Melalui Group Whatsapp</i> Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <b>Atletik Lari Jarak Pendek</b>. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami</p>
<b>Kegiatan Penutup (15 Menit)</b>	
Peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran. tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran. tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	

#### F. Penilaian Hasil Pembelajaran

Penilaian:

- a) Penilaian afektif menggunakan lembar observasi saat pembelajaran daring berlangsung.
- b) Penilaian pengetahuan berupa **Ujian Tulis** berupa soal pilihan ganda (melalui group whatsapp).
- c) Penilaian keterampilan berupa tagihan dengan mengirimkan video praktek Mengkombinasikan dan memdemonstrasikan berbagai gerak start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek.

Mengetahui  
Instruktur LK.2.1

Indralaya, September 2020  
Mahasiswa PPG PJOK

Dr. Syamsuramel, M.Kes  
NIP. 196303081987031003

Septa Fariyanto