

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**  
**( Simulasi Mengajar Pengajar Praktik Guru Penggerak)**

**Oleh :**

**Pamula Trisna Suri, S.Pd. Jas**

Sekolah : SMP Negeri 4 Pekanbaru  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VII / 1  
Materi Pokok : Gerak Spesifik Lari Jarak Pendek  
Alokasi Waktu : 10 menit

**A. TUJUAN PEMBELAJARAN**

Kompetensi Dasar (KD)	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)
3.3. Memahami gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	1. Menyebutkan macam-macam nomor lari 2. Menganalisa teknik dasar lari jarak pendek
4.3. Mempraktikkan gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	3. Mendemonstrasikan gerak dasar lari jarak pendek melalui start jongkok

**B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN**

1. PENDAHULUAN ( 3 menit )

- a. Berdoa & presensi
- b. Apresepsi
- c. Motivasi

2. KEGIATAN INTI ( 5 menit )

- a) Mengamati : Guru menayangkan video pembelajaran kemudian peserta didik

mengamati isi dari video tersebut

- b) Menanya : Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk menanyakan hal-hal yang kurang dipahami atau sebaliknya
- c) Mencoba : Guru mengarahkan peserta didik untuk mencoba gerakan yang sudah dicontohkan dalam video tersebut secara bergantian atau berkelompok
- d) Menyimpulkan : Guru mengelompokkan masing-masing peserta didik untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya melalui video maupun tulisan-tulisan yang berhubungan dengan materi.
- e) Mengkomunikasikan : Guru mengevaluasi hasil gerak dengan cara mendemonstrasikan gerakan yang telah dibahas pada kelompok masing-masing .

### **3. KEGIATAN PENUTUP ( 2 menit )**

- a. Guru mempersilakan peserta didik untuk menyampaikan apa yang dirasakan setelah pembelajaran selesai
- b. Guru memberikan penguatan, motivasi dan kesimpulan dari materi yang disampaikan
- c. Guru mengevaluasi dan merefleksikan kegiatan yang telah dilakukan

### **C. Penilaian**

#### **Teknik Penilaian**

- a. Sikap : Pengamatan
- b. Keterampilan : Praktek
- c. Pengetahuan : Tes tertulis

Mengetahui,  
Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Pekanbaru

Pekanbaru, 5 Agustus 2020  
Guru PJOK,

**Dr. RUKIAH, M.Pd**  
NIP. 19710127 1999802 2 002

**PAMULA TRISNA SURI, S.Pd.Jas.**  
NIP. 19870906 201001 2 016