

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMAN 1 Basa Ampek Balai	Kelas/Semester : XI/ 1	KD : 3.3 dan 4.3
Mata Pelajaran: PJOK	Alokasi Waktu : 3 x 45 menit	Pertemuan ke : 1
Materi : ATLETIK (lari jarak pendek)		

KD 3.3	KD 4.3
Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan	Mempraktikkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan *
IPK 3.3	IPK 4.3
Menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek	Melakukan teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

<p>3.3.1 Melalui kegiatan diskusi siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek</p> <p>3.3.2 Melalui penyajian animasi/ video secara kolaboratif siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek</p> <p>3.3.3 Melalui kajian berbagai sumber belajar siswa dapat mempresentasikan dan mempraktikkan hasil teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek (lari jarak pendek)</p>
--

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

<p>Media, Alat dan Media Pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video Pembelajaran ➤ Gambar ➤ Slide presentasi (ppt) ➤ Internet, zoom ➤ Grup whatsapp ➤ Google meet / class room ➤ Laptop 	<p>Sumber Belajar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Buku Guru/Siswa Kemdikbud ➤ Aplikasi/Web (zoom, rumah belajar, youtube) ➤ Video pembelajaran ➤ Artikel / ringkasan Materi ➤ Dan sumber lain yang relevan
<p>Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</p>	<p>Deskripsi :</p> <p>Peserta didik secara individu merumuskan dan memperagakan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek pada Atletik</p>

PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> • Sosialisasi melalui whatsapp group bahwa pembelajaran menggunakan aplikasi google classroom, masuk classroom dengan kode kelas yang telah didistribusikan. • Classroom dibuka sesuai jadwal, klik fitur forum, baca dan ikuti tahap pendahuluan petunjuk Materi Kd 3.4 dan 4.4 dengan cermat, memuat salam, himbuan protokol kesehatan, mengawali dengan doa, presentasi dengan google form, serta melakukan pemanasan berpikir dengan deskripsi singkat dalam ikon forum terkait teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek. • Appersepsi pendahuluan terkait Atletik bola melalui link tautan youtube/video pembelajaran, dan pembentukan kelompok dalam diskusi daring, serta menyampaikan bahwa pembelajaran menggunakan Model Problem based learning. • Menyampaikan tujuan pembelajaran dan menunjukkan kegunaannya dalam kehidupan sehari-hari sebagai kemurahan Tuhan YME. • Menyampaikan KKM & Tahapan klik fitur-fitur dalam google classroom, salam pembuka, presentasi online, dan doa bersama. Dalam fitur forum 						
KEGIATAN	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: top;">Kegiatan Literasi</td> <td style="padding: 5px;">Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.</td> </tr> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: top;">Critical Thinking</td> <td style="padding: 5px;">Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.</td> </tr> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center; vertical-align: top;">Collaboration</td> <td style="padding: 5px;">Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.</td> </tr> </table>	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.	Critical Thinking	Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.	Collaboration	Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.						
Critical Thinking	Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.						
Collaboration	Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek.						

	Communication	Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek dalam Atletik yang akan selesai dipelajari.
	Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek dalam Atletik, peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
PENUTUP		<ul style="list-style-type: none"> • Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar • Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat. • Guru memrintahkan siswa untuk memperagakan gerakan lari jarak pendek alam Atletik dirumah setelah pembelajaran dan merekam dalam bentuk video hp/camera • Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa

C, PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Penilaian Keterampilan	: Penilaian Keterampilan abstrak Kd 4.3
Penilaian Sikap	: Jurnal Guru, Penilaian diri, Penilaian Antar Teman, Jurnal Wali
Penilaian Pengetahuan	Kelas/BP-bila perlu
	: Penilaian Pengetahuan KD 3.3

Mengetahui,
Kepala SMAN 1 BASA AMPEK BALAI

Tapan, 20 September 2020
Guru Mata Pelajaran

MAHYAN, S.Pd, MM
NIP. 19741115 200012 1 002

SALMIATI, S.Pd
NIP. -

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMAN 1 Basa Ampek Balai	Kelas/Semester : XI/ 1 Alokasi Waktu : 3 x 45 menit	KD : 3.3 dan 4.3 Pertemuan ke : 2
Materi : ATLETIK (lari jarak pendek)		

KD 3.3	KD 4.3
Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan	Mempraktekkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan *
IPK 3.3	IPK 4.3
Menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek	Mempraktekkan teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek

B. TUJUAN PEMBELAJARAN

<p>3.3.1 Melalui kegiatan diskusi siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek</p> <p>3.3.2 Melalui penyajian animasi/ video secara kolaboratif siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek</p> <p>3.3.3 Melalui kajian berbagai sumber belajar siswa dapat mempresentasikan dan mempraktikkan hasil teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek (lari jarak pendek)</p>
--

B, LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Media, Alat dan Media Pembelajaran ➤ Video Pembelajaran ➤ Gambar ➤ Slide presentasi (ppt) ➤ Internet, zoom ➤ Grup whatsapp ➤ Google meet / class room ➤ Laptop	Sumber Belajar: ➤ Buku Guru/Siswa Kemdikbud ➤ Aplikasi/Web (zoom, rumah belajar, youtube) ➤ Video pembelajaran ➤ Artikel / ringkasan Materi ➤ Dan sumber lain yang relevan
Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).	Deskripsi : Peserta didik secara individu merumuskan dan memperagakan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek pada olahraga Atletik

PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> Sosialisasi melalui whatsapp group bahwa pembelajaran menggunakan aplikasi google classroom, masuk classroom dengan kode kelas yang telah didistribusikan. Classroom dibuka sesuai jadwal, klik fitur forum, baca dan ikuti tahap pendahuluan petunjuk Materi Kd 3.4 dan 4.4 dengan cermat, memuat salam, himbauan protokol kesehatan, mengawali dengan doa, presentasi dengan google form, serta melakukan pemanasan berpikir dengan deskripsi singkat dalam ikon forum teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek Appersepsi pendahuluan terkait olahraga Atletik bola melalui link tautan youtube/video pembelajaran, dan pembentukan kelompok dalam diskusi daring, serta menyampaikan bahwa pembelajaran menggunakan Model Problem based learning. Menyampaikan tujuan pembelajaran dan menunjukkan kegunaannya dalam kehidupan sehari-hari sebagai kemurahan Tuhan YME. Menyampaikan KKM & Tahapan klik fitur-fitur dalam google classroom, salam pembuka, presentasi online, dan doa bersama. Dalam fitur forum 						
KEGIATAN	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%; text-align: center; vertical-align: top;">Kegiatan Literasi</td> <td style="padding: 5px;">Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: top;">Critical Thinking</td> <td style="padding: 5px;">Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; vertical-align: top;">Collaboration</td> <td style="padding: 5px;">Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku</td> </tr> </table>	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek	Critical Thinking	Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.	Collaboration	Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek						
Critical Thinking	Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.						
Collaboration	Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku						

		paket mengenai materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek
	Communication	Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam gerakan jalan lari jarak pendek dalam olahraga Atletik yang akan selesai dipelajari.
	Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam start lari jarak pendek dalam olahraga Atletik, peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
	PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar • Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat. • Guru memrintahkan siswa untuk memperagakan gerakan lari jarak pendek dalam olahraga Atletik dirumah setelah pembelajaran dan merekam dalam bentuk video hp/camera • Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa

C, PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Penilaian Keterampilan	: Penilaian Keterampilan abstrak Kd 4.3
Penilaian Sikap	: Jurnal Guru, Penilaian diri, Penilaian Antar Teman, Jurnal Wali Kelas/BP-bila perlu
Penilaian Pengetahuan	: Penilaian Pengetahuan KD 3.3

Mengetahui,
Kepala SMAN 1 BASA AMPEK BALAI

Tapan, 20 September 2020
Guru Mata Pelajaran

MAHYAN, S.Pd, MM
NIP. 19741115 200012 1 002

SALMIATI, S.Pd
NIP. -

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMAN 1 Basa Ampek Balai	Kelas/Semester : XI/ 1	KD : 3.3 dan 4.3
Mata Pelajaran: PJOK	Alokasi Waktu : 3 x 45 menit	Pertemuan ke : 3
Materi : ATLETIK (lari jarak pendek)		

KD 3.3	KD 4.3
Menganalisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan	Mempraktekkan hasil analisis keterampilan jalan, lari, lompat, dan lempar untuk menghasilkan gerak yang efektif serta menyusun rencana perbaikan *
IPK 3.3	IPK 4.3
Menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek	Mempraktekkan teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

<p>3.3.1 Melalui kegiatan diskusi siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek</p> <p>3.3.2 Melalui penyajian animasi/ video secara kolaboratif siswa dapat menganalisis teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek</p> <p>3.3.3 Melalui kajian berbagai sumber belajar siswa dapat mempresentasikan dan mempraktikkan hasil teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek (lari jarak pendek)</p>
--

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

<p>Media, Alat dan Media Pembelajaran</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video Pembelajaran ➤ Gambar ➤ Slide presentasi (ppt) ➤ Internet, zoom ➤ Grup whatsapp ➤ Google meet / class room ➤ Laptop 	<p>Sumber Belajar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Buku Guru/Siswa Kemdikbud ➤ Aplikasi/Web (zoom, rumah belajar, youtube) ➤ Video pembelajaran ➤ Artikel / ringkasan Materi ➤ Dan sumber lain yang relevan
<p>Model Pembelajaran : Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</p>	<p>Deskripsi :</p> <p>Peserta didik secara individu merumuskan dan memperagakan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek pada olahraga Atletik</p>

PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none"> • Sosialisasi melalui whatsapp group bahwa pembelajaran menggunakan aplikasi google classroom, masuk classroom dengan kode kelas yang telah didistribusikan. • Classroom dibuka sesuai jadwal, klik fitur forum, baca dan ikuti tahap pendahuluan petunjuk Materi Kd 3.4 dan 4.4 dengan cermat, memuat salam, himbauan protokol kesehatan, mengawali dengan doa, presentasi dengan google form, serta melakukan pemanasan berpikir dengan deskripsi singkat dalam ikon forum teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek • Appersepsi pendahuluan terkait olahraga Atletik bola melalui link tautan youtube/video pembelajaran, dan pembentukan kelompok dalam diskusi daring, serta menyampaikan bahwa pembelajaran menggunakan Model Problem based learning. • Menyampaikan tujuan pembelajaran dan menunjukkan kegunaannya dalam kehidupan sehari-hari sebagai kemurahan Tuhan YME. • Menyampaikan KKM & Tahapan klik fitur-fitur dalam google classroom, salam pembuka, presentasi online, dan doa bersama. Dalam fitur forum
KEGIATAN	<p>Kegiatan Literasi</p> <p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek</p>
Critical Thinking	<p>Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar dan video pembelajaran yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar.</p>
Collaboration	<p>Peserta didik dan guru secara bersama-sama membahas contoh dalam buku paket mengenai materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki</p>

	garis finis lari jarak pendek
Communication	Guru melemparkan beberapa pertanyaan kepada siswa berkaitan dengan materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek dalam olahraga Atletik yang akan selesai dipelajari.
Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait materi teknik kesalahan dan perbaikan dalam memasuki garis finis lari jarak pendek dalam olahraga Atletik, peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar • Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat. • Guru memrintahkan siswa untuk memperagakan gerakan lari jarak pendek dalam olahraga Atletik dirumah setelah pembelajaran dan merekam dalam bentuk video hp/camera • Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa

C, PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

Penilaian Keterampilan	: Penilaian Keterampilan abstrak Kd 4.3
Penilaian Sikap	: Jurnal Guru, Penilaian diri, Penilaian Antar Teman, Jurnal Wali Kelas/BP-bila perlu
Penilaian Pengetahuan	: Penilaian Pengetahuan KD 3.3

Mengetahui,
Kepala SMAN 1 BASA AMPEK BALAI

Tapan, 20 September 2020
Guru Mata Pelajaran

MAHYAN, S.Pd, MM
NIP. 19741115 200012 1 002

SALMIATI, S.Pd
NIP. -