

PENUTUP	<ul style="list-style-type: none"> • Guru merefleksikan tentang materi pembelajaran yang telah dipelajari dan menarik kesimpulan , serta memberikan tugas perorangan • Menyampaikan materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang/pertemuan selanjutnya • Menutup kegiatan pembelajaran dengan doa 	1 Menit
----------------	--	---------

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

- Penilaian Perilaku : Observasi
- Penilaian Pengetahuan : Tes Tertulis
- Penilaian Keterampilan : Unjuk Kerja

Tomohon, 19 Mei 2021

Guru Mata Pelajaran



Herrol H.E Tudus, S.Pd
NIP. 19720118 200501 1 006



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 3 Tomohon
Kelas / Semester : 7 (Tujuh)/Ganjil
Tema : Aktivitas Pembelajaran Atletik
Sub Tema : Lari Jarak Pendek
Pembelajaran ke : 7 (tujuh)
Alokasi waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN :

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat :

- Memahami tehnik dasar start nomor lari jarak pendek dengan benar
- Memahami tehnik dasar gerakan lari jarak pendek dengan benar
- Memahami tehnik dasar gerakan memasuki garis finish dengan benar

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
PENDAHULUAN	<ul style="list-style-type: none">➢ Mengajak peserta didik utk mengawali pembelajaran dengan berdoa➢ Mengecek kehadiran sisw	1 Menit
INTI	<ul style="list-style-type: none">• Guru menyampaikan tujuan pembelajaran• Guru memperlihatkan gambar sebagai stimulus pada siswa• Guru memberikan penjelasan tentang gerak spesifik tehnik start, cara berlari dan memasuki finish dan siswa yang lainnya diminta untuk memperhatikan dan mengamatinya.• Guru memotivasi siswa untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan atau mengajukan permasalahan.• Menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan tersebut melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerja sama dan disiplin, sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan setiap siswa.• Menemukan hubungan keterampilan gerak.• Menerapkan berbagai gerak spesifik lari cepat secara beregu dengan menunjukkan sikap sportivitas, kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, dan kedisiplinan.• Selama proses pembelajaran, perilaku siswa harus diamati dan berikan perbaikan terhadap penyimpangan perilaku siswa dengan cara yang santun.• Kegiatan pembelajaran dilakukan dari yang mudah ke yang sulit, dari yang sederhana ke yang rumit serta dari yang ringan ke yang berat.• Pada saat siswa melakukan gerakan, guru mengawasi dan memperbaiki kesalahan-kesalahan gerakan yang dilakukan oleh siswa, di samping itu juga amati perkembangan perilaku peserta didik.• Dalam proses pembelajaran guru dapat memodifikasi alat peraturan dan lapangan perlombaan.	8 Menit