

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

**Satuan Pendidikan** : SMP NEGERI 3 SAPEKEN  
**Kelas / Semester** : VII / 2  
**Tema** : Aktivitas Senam  
**Sub Tema** : Aktivitas Senam Lantai  
**Pembelajaran ke** : 2 (dua)  
**Alokasi Waktu** : 10 Menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mengikuti pembelajaran ini di harapkan peserta didik dapat :

- Menjelaskan cara melakukan rangkaian guling depan dan guling belakang dengan benar.
- Memperagakan rangkaian guling depan dan guling belakang dengan benar.
- Memperagakan rangkaian guling belakang dan guling lenting dengan koordinasi yang baik.
- Memperagakan rangkaian guling depan dan guling lenting dengan koordinasi yang baik.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

KEGIATAN PEMBUKA	
Kelas dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa	
Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.	
Siswa diajak menyanyikan lagu daerah setempat	
KEGIATAN INTI	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi Aktivitas Senam Lantai, Gerakan Guling Belakang, Guling Depan Dan Lenting
Critical Thinking	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 Aktivitas Senam Lantai, Gerakan Guling Belakang, Guling Depan Dan Lenting
Collaboration	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai Aktivitas Senam Lantai, Gerakan Guling Belakang, Guling Depan Dan Lenting
Communication	Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan
Creativity	Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait Aktivitas Senam Lantai, Gerakan Guling Belakang, Guling Depan Dan Lenting. Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
KEGIATAN PENUTUP	
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.	
Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.	

### C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

Penilaian Pengetahuan berupa **Ujian Tulis** dan Penilaian Keterampilan berupa **unjuk kerja oleh rekan sejawat**

Sumenep, 14 April 2021

Guru Mata Pelajaran



**IBNU MA'RUF, S.Pd.,M.Si**

**NIP. 19730912 199903 1 006**

## PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

### 1) Penilaian Sikap spiritual

#### a. Teknik penilaian

Pengamatan oleh diri sendiri

#### b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap spiritual

##### 1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

##### 2) Rubrik Penilaian Sikap Spritual

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan pembelajaran.		
2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan.		
3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.		
4	Mengungkapkan kekaguman secara lisan maupun tulisan terhadap Tuhan saat melihat kebesaran Tuhan.		
5	Merasakan keberadaan dan kebesaran Tuhan saat mempelajari ilmu pengetahuan.		
Jumlah skor maksimal = 5			

#### c. Pedoman penskoran

##### 1) Penskoran

Skor 1 = Ya, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 0 = Tidak, apabila tidak pernah melakukan.

##### 2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 5

Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa:  $SP/5 \times 100$

### 2) Penilaian Sikap sosial

#### a. Penilaian observasi, penilaian ini dilakukan selama proses pembelajaran.

##### 1) Teknik penilaian

Pengamatan oleh guru

##### 2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

##### a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

##### b) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

No.	Nama Siswa	Sportivitas				Kerja sama				Tanggung jawab				Disiplin			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1	Janu Kurniawan																
2	Fildzah Syarifah																
3																	
4																	
5																	
dst																	

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

Skor 4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadangkadang tidak melakukan.

Skor 2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan.

Skor 1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 20

Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa:  $SP/20 \times 100$

b. Penilaian diri, penilaian diri dilakukan oleh siswa, guru menyediakan format penilaian.

1) Teknik penilaian

Pengamatan oleh guru

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya berusaha belajar dengan sungguh-sungguh		
2	Saya mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian		
3	Saya mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu		
4	Saya mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami		
5	Saya berperan aktif dalam kelompok		
6	Saya menyerahkan tugas tepat waktu		
7	Saya selalu membuat catatan hal-hal yang saya pelajari		
8	Saya merasa menguasai dan dapat mengikuti pelajaran		
9	Saya menghormati dan menghargai orang tua dan guru		
10	Saya menghormati dan menghargai teman		
Jumlah skor maksimal = 10			

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

Skor 1 = Ya, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 0 = Tidak, apabila tidak pernah melakukan.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 20

Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa:  $SP/10 \times 100$

c. Penilaian antarteman, teknik penilaian dengan cara meminta siswa untuk menilai sikap temannya. Instrumen yang digunakan berupa lembar penilaian antarsiswa yang dirancang oleh guru.

1) Teknik penilaian

Pengamatan oleh guru

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Berusaha belajar dengan sungguh-sungguh		
2	Mengikuti pembelajaran dengan penuh perhatian		
3	Mengerjakan tugas yang diberikan guru tepat waktu		
4	Mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami		
5	Berperan aktif dalam kelompok		
6	Menyerahkan tugas tepat waktu		
7	Selalu membuat catatan hal-hal yang dianggap penting		
8	Menguasai dan dapat mengikuti kegiatan pembelajaran dengan baik		
9	Menghormati dan menghargai teman		
10	Menghormati dan menghargai guru dan orang tua		
Jumlah skor maksimal = 10			

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

Skor 1 = Ya, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 0 = Tidak, apabila tidak pernah melakukan.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 20

Skor perolehan siswa: SP

**3) Penilaian Pengetahuan**

a. Teknik penilaian

Ujian Tulis

b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Soal ujian tulis

Nama :.....

Kelas :.....

**Soal Pertemuan 2**

No.	Aspek dan Soal Uji Tulis	Jawaban
1	<p>Fakta</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tuliskan berbagai macam sikap keseimbangan senam lantai.</li> <li>- Tuliskan berbagai macam rangkaian guling depan dan guling belakang dengan benar.</li> <li>- Tuliskan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, rangkaian guling belakang dan guling lenting</li> <li>- Tuliskan rangkaian gerakan sikap keseimbangan, rangkaian guling depan dan guling lenting</li> </ul>	
2	<p>Konsep</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jelaskan berbagai macam sikap keseimbangan senam lantai.</li> <li>- Jelaskan berbagai macam rangkaian guling depan dan guling belakang</li> <li>- Jelaskan berbagai macam guling belakang dan guling lenting.</li> <li>- Jelaskan berbagai macam guling depan dan guling lenting.</li> </ul>	

3	<p>Prosedur</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Jelaskan cara melakukan gerakan keseimbangan senam lantai.</li><li>- Jelaskan cara melakukan berbagai macam guling depan dan guling belakang</li><li>- Jelaskan cara melakukan guling belakang dan guling lenting.</li><li>- Jelaskan cara melakukan guling depan dan guling lenting.</li></ul>	
---	---	--