



**PERANGKAT PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN  
KESEHATAN  
KELAS VIII SMP/M.TS .....  
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Disusun Oleh :

.....  
NIP. ....

PEMERINTAH .....  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH .....  
Jl. ....  
KABUPATEN/KOTA .....  
PROPINSI .....  
**2020**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PJOK SMP/M.TS  
DI MASSA COVID 19  
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

**A. Rasional**

Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah disebutkan bahwa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) adalah rencana kegiatan pembelajaran tatap muka untuk satu pertemuan atau lebih. RPP dikembangkan dari silabus untuk mengarahkan kegiatan pembelajaran peserta didik dalam upaya mencapai Kompetensi Dasar (KD). RPP yang dikembangkan secara rinci mengacu pada silabus, buku teks pelajaran, dan buku panduan guru.

Setiap guru pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis sebagai langkah awal dari proses pembelajaran. Hal ini dimaksudkan agar pembelajaran dapat berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan efisien dalam rangka mengembangkan ketrampilan berpikir tingkat tinggi. RPP disusun berdasarkan serangkaian KD yang dilaksanakan dalam satu kali pertemuan atau lebih. Penyusunan RPP ini dilakukan pada setiap awal semester atau awal tahun pelajaran, namun perlu diperbaharui sebelum pembelajaran dilaksanakan.

Pengembangan RPP dapat dilakukan secara mandiri atau secara berkelompok melalui Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) di sekolah/madrasah. Sebaiknya hal ini dikoordinasi, difasilitasi, dan disupervisi oleh kepala sekolah/madrasah atau guru senior yang ditunjuk oleh kepala sekolah/ madrasah. Pengembangan RPP yang dilakukan oleh guru secara berkelompok melalui MGMP antarsekolah atau antarwilayah dikoordinasikan dan disupervisi oleh pengawas atau Dinas Pendidikan atau Kantor Kementerian Agama setempat.

Komponen dan sistematika RPP berikut mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah dan Permendikbud Nomor 103 Tahun 2014 Tentang Pembelajaran Pada Pendidikan Dasar dan Menengah. Untuk menyusun RPP perlu diperhatikan komponen penyusunannya yang terdiri dari:

1. identitas sekolah yaitu nama satuan pendidikan;
2. identitas mata pelajaran atau tema/subtema;
3. kelas/semester;
4. materi pokok;
5. alokasi waktu ditentukan sesuai dengan keperluan untuk pencapaian KD dan beban belajar dengan mempertimbangkan jumlah jam pelajaran yang tersedia dalam silabus dan KD yang harus dicapai;
6. tujuan pembelajaran yang dirumuskan berdasarkan KD, dengan menggunakan kata kerja operasional yang dapat diamati dan diukur, yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan;
7. kompetensi dasar dan indikator pencapaian kompetensi;
8. materi pembelajaran, memuat fakta, konsep, prinsip, dan prosedur yang relevan, dan ditulis dalam bentuk butir-butir sesuai dengan rumusan indikator ketercapaian kompetensi;
9. metode pembelajaran, digunakan oleh pendidik untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik mencapai KD yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik dan KD yang akan dicapai;
10. media pembelajaran, berupa alat bantu proses pembelajaran untuk menyampaikan materi pelajaran;
11. sumber belajar, dapat berupa buku, media cetak dan elektronik, alam sekitar, atau sumber belajar lain yang relevan;
12. langkah-langkah pembelajaran dilakukan melalui tahapan pendahuluan, inti, dan penutup; dan
13. penilaian hasil pembelajaran.

Terdapat dua (2) Permendikbud yang mengatur RPP, yaitu: Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 dan Permendikbud Nomor 103 Tahun 2014. Kedua Permendikbud ini memiliki perbedaan terkait dengan rumusan format atau sistematika. Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 hanya mencantumkan 13 komponen yang ada dalam RPP, tanpa mencantumkan rumusan format atau sistematikanya. Permendikbud Nomor 103 2014 mencantumkan 13 komponen yang ada di RPP beserta rumusan format atau sistematikanya.

Sebenarnya format atau sistematika penyusunan RPP tidak diikat dalam Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 sehingga guru memiliki kebebasan untuk merumuskan sistematika RPP selama komponen-komponennya dituliskan. Namun demikian, dalam konsep pengembangan RPP, sistematika disarankan untuk mengacu pada Permendikbud Nomor 103 Tahun 2014. Di dalam perjalanannya, sebagian guru merasa keberatan atau terbebani dengan rumusan format atau sistematika yang ada. Untuk menjawab keresahan tersebut Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 14 Tahun 2019 Tentang Penyederhanaan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.

Surat Edaran tersebut tidak membatalkan rumusan atau sistematika RPP yang sudah ada melainkan memberikan alternatif kepada guru untuk menyederhanakan penyusunan RPP dengan memuat 3 komponen inti yaitu; tujuan pembelajaran, langkah pembelajaran, dan penilaian pembelajaran. Dengan adanya Surat Edaran ini, guru memiliki kebebasan untuk menggunakan format RPP yang sudah ada atau menyusun sendiri RPP dengan mencantumkan komponen inti dimaksud.

## **B. Perumusan RPP PJOK Jenjang SMP/M.TS**

Konsep Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Mata Pelajaran PJOK disusun berdasarkan pertemuan untuk menyelesaikan per pasang IPK (Indikator Pencapaian Kompetensi) yaitu: IPK KD 3 dan IPK KD 4. Penyelesaian IPK per pasang (IPK KD 3 dan IPK KD 4) dapat ditempuh dalam satu pertemuan atau lebih. Pemahaman ini didasari bahwa IPK merupakan satu kemampuan mendasar yang terdiri dari pengetahuan, keterampilan, dan sikap untuk mencapai keutuhan tujuan yaitu: Kompetensi Dasar.

Keberadaan IPK tidak bisa dipisah-pisah antara IPK KD 3 Pengetahuan dan IPK KD 4 Keterampilan sebagaimana konsep KD yang mesti harus berpasangan antara KD 3 Pengetahuan dan KD 4 Keterampilan. Sementara sikap yang dimaksud dalam pencapaian kemampuan dasar adalah sikap yang dibutuhkan untuk mendukung kemampuan tersebut yang tersirat dalam aktivitas pembelajaran. Hal ini sebangun dengan konsep kompetensi yang diterapkan di dalam SKKNI di mana sebuah kompetensi terdiri dari beberapa elemen kompetensi (setara IPK) dan setiap elemen kompetensi ditempuh atau dibuktikan melalui pengetahuan, keterampilan, dan sikap.

Berdasarkan perumusan konsep IPK berpasangan di atas, maka alokasi waktu yang dibutuhkan merupakan alokasi waktu untuk pencapaian IPK (per pasang) sehingga tidak berkaitan langsung dengan alokasi waktu per pertemuan. Hal ini dikarenakan pencapaian IPK membutuhkan satu kesatuan waktu yang belum tentu dan tidak harus diselesaikan dalam 1 pertemuan.

Perumusan format RPP per pasang IPK ini juga terkait dengan model penjadwalan di sekolah dimana Mata Pelajaran PJOK di SMP/M.TS yang mendapat alokasi waktu 3 JP per minggu disikapi secara berbeda antara sekolah satu dengan sekolah lain. Ada sekolah yang menentukan jadwal 3 JP dalam satu pertemuan per minggu dan ada sekolah yang menentukan jadwal 2 pertemuan per minggu dengan konsep 2 JP + 1 JP. Oleh karena itu akan lebih sederhana dan memudahkan Guru jika penyusunan RPP dibuat per pasang IPK.

Berdasarkan pada ketentuan bahwa di dalam 1 Kompetensi Dasar terdapat minimal 2 IPK, maka jumlah lembar/halaman RPP untuk 1 pasang KD adalah sama dengan jumlah IPK (per pasang) yang mesti ditempuh. Kalkulasi ini dihasilkan dari konsep 1 RPP sama dengan 1 lembar/halaman. Selanjutnya, yang perlu diperhatikan adalah bahwa di dalam RPP tersebut harus memuat 3 komponen inti yaitu tujuan pembelajaran, langkah pembelajaran, dan penilaian pembelajaran (*assesment*) seperti yang termaktub di dalam Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 14 Tahun 2019 Tentang Penyederhanaan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.

Guna memudahkan pembacaan, pemahaman, dan penyusunan, RPP PJOK SMP/M.TS dibuat dalam format tabel. Format tabel untuk RPP ini mengacu pada format *Lesson Plan Arts Integration*, sebuah pendekatan pembelajaran yang menggabungkan 2 atau lebih subjek materi ke dalam satu kegiatan belajar mengajar. Format yang ringkas dan padat, namun cukup jelas ini sesuai untuk diadaptasi ke dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar dan menengah.

Mendikbud melalui surat edaran pemerintah Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 perihal Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) dijelaskan pada ayat 4 yakni khusus untuk daerah yang sudah terdampak Covid-19 berlaku ketentuan sebagai berikut:

1. Memberlakukan pembelajaran secara daring dari rumah bagi peserta didik dan mahasiswa;
2. Pegawai, guru, dan dosen melakukan aktivitas bekerja, mengajar, atau memberi kuliah dari rumah (Bekerja Dari Rumah/BDR) melalui *video conference*, *digital document*, dan sarana daring lainnya;
3. Pelaksanaan Belajar Dari Rumah (BDR) atau Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) tidak mempengaruhi tingkat kehadiran (dipandang sama seperti bekerja di kantor, sekolah, atau perguruan tinggi), tidak mengurangi kinerja, dan tidak mempengaruhi tunjangan kinerja; dan
4. Apabila harus datang ke kantor/kampus/sekolah sebaiknya tidak menggunakan sarana kendaraan (umum) yang bersifat massal.

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat *Corona Virus Disease* (Covid-19). Salah satu pokok penting dalam edaran ini adalah keputusan proses belajar dari rumah. Seperti diketahui, proses belajar dari rumah atau daring (dalam jaringan) merupakan pembelajaran *online* yang dilakukan dengan jarak jauh. Pembelajaran daring/jarak jauh terlihat mudah dilaksanakan dan efektif pada mata pelajaran yang tidak memiliki aspek psikomotorik (aktivitas fisik) di dalamnya.

Seperti halnya terdapat kesenjangan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), karena mata pelajaran ini pada dasarnya didominasi oleh aspek psikomotorik (keterampilan fisik) yang dimiliki oleh peserta didik.

Selain itu, dalam penyusunan perencanaan pembelajaran guru juga menetapkan kriteria ketercapaian pembelajaran sesuai dengan kondisi belajar dari rumah. Kriteria ketercapaian pembelajaran tersebut akan membantu siswa untuk lebih mencari informasi sesuai dengan arahan dari guru disetiap kegiatan belajar mengajarnya. Sebagian besar guru menentukan metode pembelajaran dengan penugasan sebesar 81,4% dengan menerapkan dan memanfaatkan dalam jaringan sebesar 46,9%.

Guru memilih/menggunakan/memanfaatkan media pembelajaran sesuai dengan kondisi belajar dari rumah dengan kelas *online* seperti: pemanfaatan aplikasi *WhatsApp Group*, *Email*, *Video Conference*, *Google Classroom*, *Zoom*, dan lain-lain. Dimana dengan memanfaatkan media tersebut guru masih tetap bisa menyampaikan materi pembelajaran meskipun dengan kondisi belajar dari rumah.

Pada pelaksanaan pembelajaran media yang dimanfaatkan oleh guru dalam menanggapi kondisi belajar dari rumah bermacam-macam, antara lain dengan modul, buku teks, *e-Books*, laman di *website*, video di *youtube*, *power point*, dan berupa latihan soal. Meski banyak sekali media yang dimanfaatkan oleh guru, namun sebagian besar guru memanfaatkan media dari laman di *website* sebesar 53,1%.

Untuk menerapkan Kompetensi Dasar pengetahuan dengan kondisi belajar dari rumah ada yang menerapkan dengan soal-soal latihan, membuat rangkuman bab untuk diberikan kepada peserta didik, dan ada yang memanfaatkan teknologi dengan menggunakan *google classroom* untuk tatap muka menjelaskan materi pembelajaran. Meskipun melakukan tatap muka dengan memanfaatkan media *google classroom*, beberapa guru ada yang menyampaikan Kompetensi Dasar keterampilan dengan memberi tugas latihan gerak sesuai dengan materi pembelajaran, dan ada yang memberi tugas agar siswa mengamati video keterampilan gerak lalu menirukannya untuk direkam dalam sebuah video sebagai bentuk penugasannya.

Hasil penelitian juga menyebutkan bahwa 44,2% guru menyampaikan materi pembelajaran baik pengetahuan maupun keterampilan dengan tujuan agar peserta didik dapat memahami manfaat aktivitas jasmani dan olahraga dalam mengatasi Covid-19 dengan kondisi belajar dari rumah. Hal tersebut dilakukan agar peserta didik tetap menjaga kebugaran jasmani meskipun pembelajaran PJOK dilakukan secara daring atau hanya memanfaatkan teknologi yang ada.

Memperhatikan hal tersebut, maka berikut ini adalah pengamatan Kompetensi Dasar esensial yang dapat dilakukan pada masa kondisi Pandemi Corona 19 dengan memperhatikan sarana dan prasarana, tingkat keselamatan dan keamanan peserta didik, dan kemampuan orang tua peserta didik.

### C. Contoh Materi dan Pembagian Waktu Pembelajaran PJOK SMP/M.TS

Materi ajar dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan jenjang SMP/M.Ts ini diajarkan selama satu tahun pelajaran atau selama 36 s.d 42 minggu efektif dan dibagi dalam dua semester. Rincian materi pembelajaran dan desain waktu dalam satu tahun tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel : Contoh Materi dan Pembagian Waktu Pembelajaran PJOK Tingkat SMP/M.Ts

Semester I		
No.	Materi Pembelajaran	Alokasi Waktu
1.	Aktivitas Atletik (Jalan Cepat)	9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu
2.	Aktivitas Beladiri Pencak Silat	9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu
3.	Aktivitas Latihan Kebugaran Jasmani	9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu
4.	Aktivitas Gerak Berirama	9 JP / 3 Kali Pertemuan/3 Minggu
5.	Bahaya Pergaulan Bebas	6 JP / 2 Kali Pertemuan/2 Minggu
Semester II		
1.	Aktivitas Permainan Bola Besar (Permainan Sepak Bola)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
2.	Aktivitas Permainan Bola Besar (Permainan Bola Voli)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
3.	Aktivitas Permainan Bola Besar (Permainan Bola Basket)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
4.	Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan Softball)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
5.	Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan bulu tangkis)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
6.	Aktivitas Permainan Bola Kecil (Permainan Tenis Meja)	9 JP / 3 Kali Pertemuan
7.	Aktivitas Atletik (Lari Sambung/Estafet)	6 JP / 2 Kali Pertemuan
8.	Aktivitas Atletik (Lompat Tinggi)	6 JP / 2 Kali Pertemuan
9.	Aktivitas Atletik (Lempar Lembing)	6 JP / 2 Kali Pertemuan
10.	Aktivitas Senam Lantai	6 JP / 2 Kali Pertemuan
11.	Menjaga Keselamatan di Jalan Raya	6 JP / 2 Kali Pertemuan

\* Aktivitas Pembelajaran di Air dapat dilaksanakan disesuaikan dengan kemampuan sekolah dan orang tua serta dapat dilakukan di luar jam pelajaran. Apabila tidak dapat dilaksanakan, maka dapat digantikan dengan materi yang lain sesuai dengan kebutuhan.

#### **D. Contoh RPP PJOK Jenjang SMP/M.TS**

Berikut adalah rumusan format RPP Mata Pelajaran PJOK per pasang IPK yang di dalamnya telah memuat tujuan pembelajaran, langkah pembelajaran, dan penilaian pembelajaran atau *asesment*.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 1  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Jalan Cepat  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik jalan cepat dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik jalan cepat dengan benar.

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</li> <li>• <b>Metode:</b> Periksa diri (<i>Selfcheck</i>)</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan atletik</li> <li>○ Tali pembatas</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> <li>○ <i>Handpone</i></li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 39-42).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 152-164).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik jalan cepat.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i>.</li> <li>c. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat.</li> <li>d. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game/permainan</i>).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat (<i>start</i>, gerakan jalan cepat, dan memasuki garis <i>finish</i>).</li> <li>b. Peserta didik mencoba melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri.</li> <li>c. Peserta didik melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (<i>start</i>), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (gerakan jalan), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi.</li> <li>d. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik jalan cepat, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh sesama teman sekelompok apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan.</li> <li>e. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</li> <li>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</li> </ol> </li> </ol>

Asesmen:	
a. Sikap	: Jurnal/observasi.
b. Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c. Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/MG 1 (Jalan Cepat 1.000 m).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh
Tagihan 2/MG 2 (Jalan Cepat 2.000 m).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas jalan cepat. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas jalan cepat.			Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh
Tagihan 3/MG 3 (Jalan Cepat 3.000 m).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 140-15241. 2. Kerjakan soal esai (1 – 2) pada buku teks Yudhistira hal 53.			Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VIII / 1  
Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Beladiri Pencak Silat  
Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.4. Memahami variasi gerak spesifik seni beladiri **)	4.4. Mempraktikkan variasi gerak spesifik seni beladiri **)
	IPK 3	IPK 4
	· Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.	· Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik beladiri pencak silat dengan benar.
<b>Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran</b>		
<b>Materi Pembelajaran</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>Model:</b> Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</li> <li>· <b>Metode:</b> Berbasis proyek (<i>Project-Based Learning</i>)</li> <li>· <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruang/lapangan</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> <li>○ <i>Handpone</i></li> </ul> </li> <li>· <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 55-66).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 204-218).</li> </ul> </li> <li>· <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik beladiri pencak silat.</li> <li>· <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i>.</li> <li>c. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat.</li> <li>d. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, dan hindaran) sesuai dengan instruksi guru dalam bentuk lembar kerja peserta didik (LKPD).</li> <li>b. Peserta didik mengkaji manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat bagi kesehatan dan kebugaran jasmani.</li> <li>c. Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat sesuai dalam lembar kerja peserta didik (LKPD) secara individu maupun kelompok.</li> <li>d. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh teman sekelompok.</li> <li>e. Peserta didik saling mengamati seluruh dalam melakukan aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</li> <li>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</li> </ol> </li> </ol>	
<b>Asesmen:</b>		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/MG 1 (kuda-kuda, pola langkah, pukulan, dan tangkisan).	Pengetahuan			Keterampilan		
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir
Tagihan 1/MG 2 (gerakan tendangan, elakan, dan hindaran).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas variasi gerak spesifik beladiri pencak silat.			Awal	pelaksana	Akhir
Tagihan 3/MG 3 (rangkaiian gerakan pukulan, tendangan, tangkisan, elakan, dan hindaran).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 64-65. 2. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 65.			Awal	pelaksana	Akhir

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 1  
 Materi Pokok : Aktivitas Kebugaran Jasmani  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.5. Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) serta pengukuran hasilnya.	4.5. Mempraktikkan latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi) serta pengukuran hasilnya.
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan dengan benar.

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</li> <li>• <b>Metode:</b> Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>)</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruang/lapangan</li> <li>○ Palang tunggal</li> <li>○ Matras/ sejenisnya</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> <li>○ <i>Handpone</i></li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 67-80).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 219-232).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Aktivitas latihan kebugaran jasmani.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i>.</li> <li>c. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat.</li> <li>d. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>/bermain gerobak dorong).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (d disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Peserta didik melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan (kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi), yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan.</li> <li>c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, secara individu maupun kelompok.</li> <li>d. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh teman sekelompok.</li> <li>e. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan latihan dan pengukuran kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</li> <li>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</li> </ol> </li> </ol>

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/MG 1 (latihan kecepatan dan kelincahan).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/MG 2 (latihan keseimbangan dan koordinasi).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas kebugaran jasmani.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/MG 3 (pengukuran aktivitas kebugaran jasmani/ keterampilan).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 79. 2. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 80.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 1  
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Berirama  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan/3 Minggu ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.7. Memahami variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan dan inti latihan dalam aktivitas gerak berirama.	4.7. mempraktikkan prosedur variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan dan inti latihan dalam aktivitas gerak berirama.
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik aktivitas gerak berirama dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi dan kombinasi gerak spesifik aktivitas gerak berirama dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran jarak jauh (Daring dan Luring).</li> <li>• <b>Metode:</b> Berbasis proyek (<i>Project-Based Learning</i>)</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruang/lapangan.</li> <li>○ Tipe recorder</li> <li>○ Kaset senam ritmik</li> <li>○ Stopwatch</li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Video pembelajaran</li> <li>○ Handpone</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 91-98).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 247-260).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi dan kombinasi rangkaian gerak aktivitas gerak berirama.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i>.</li> <li>c. Peserta didik menggunakan pakaian olahraga, berbaris, berdoa, dan memastikan bahwa dalam keadaan sehat.</li> <li>d. Peserta didik melakukan pemanasan secara berurutan (dari peregangan statis, dinamis atau dalam bentuk <i>game</i>/bermain bergerak bereaksi).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menyimak informasi materi dalam bentuk lembar kerja peserta didik (LKPD) tentang variasi dan kombinasi langkah dasar, gerak dan ayunan lengan dan tangan, pelurusan sendi tubuh, dan irama gerak aktivitas gerak berirama.</li> <li>b. Peserta didik membagi diri ke dalam kelompok sesuai dengan petunjuk guru yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>c. Peserta didik melakukan variasi dan kombinasi aktivitas gerak berirama sesuai dengan gerakan yang dikuasai dan kreativitas kelompok dalam bentuk tulisan dan gambar.</li> <li>d. Setiap anggota kelompok mencoba secara bersama-sama melakukan variasi dan kombinasi langkah aktivitas gerak berirama tersebut dan saling memberikan umpan balik.</li> <li>e. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan variasi dan kombinasi aktivitas gerak berirama, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kejujuran, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik melakukan pendinginan/<i>colling down</i>, dan berdoa.</li> <li>c. Peserta didik mencuci tangan, berganti pakaian, dan beristirahat.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/MG 1 (langkah dasar gerak berirama).	Pengetahuan			Keterampilan		
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir
Tagihan 2/MG 2 (gerakan ayunan lengan gerak berirama).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran rangkaian gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas gerak berirama.			Awal	pelaksana	Akhir
Tagihan 3/MG 3 (rangkaiannya langkah kaki dan ayunan lengan gerak berirama).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 97. 2. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 98.			Awal	pelaksana	Akhir

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 1  
 Materi Pokok : Bahaya Pergaulan Bebas  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan/2 Minggu ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.9. Memahami perlunya pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas”.	4.9. Memaparkan perlunya pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas”.
	IPK 3	IPK 4
	· Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas dengan benar.	· Mengkaji, mengemas, dan mempresentasikan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas dengan benar.

Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>Model:</b> Pembelajaran jarak jauh (During dan Luring).</li> <li>· <b>Metode:</b> <i>Windows shopping</i></li> <li>· <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruangan/ halaman</li> <li>○ Laktop</li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> <li>○ <i>Handpone</i></li> </ul> </li> <li>· <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 107-118).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 273-287).</li> </ul> </li> <li>· <b>Produk:</b> Pemahaman dan penerapan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas.</li> <li>· <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan menerapkan pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyiapkan materi pembelajaran, dan membentuk kelompok (2 s.d 5 peserta didik yang disesuaikan dengan tempat tinggal terdekat).</li> <li>b. Kemudian guru mengirimkan materi pembelajaran, lembar kerja peserta didik (LKPD), tujuan yang harus dicapai, dan penilaian pembelajaran melalui <i>google classroom</i>.</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik membagi diri menjadi empat/sesuai dengan pokok bahasan, antara lain: hakikat bahaya pergaulan bebas, dampak bahaya pergaulan bebas bagi diri sendiri dan lingkungan, dan langkah-langkah pencegahan terhadap bahaya pergaulan bebas.</li> <li>b. Setiap peserta didik berdiskusi dan menuliskan hasil diskusi pada kertas <i>plano</i> untuk ditempel di dinding dan dibaca oleh kelompok lain.</li> <li>c. Setiap peserta didik membaca dan mencatat hasil diskusi peserta didik lain yang ditempel, kemudian membuat pertanyaan sesuai dengan pokok bahasan tersebut (paling sedikit satu pertanyaan setiap peserta didik/empat pertanyaan).</li> <li>d. Setiap peserta didik mengajukan pertanyaan dan dijawab oleh peserta didik lain yang membahas pokok bahasan sesuai pertanyaan tersebut, yaitu: hakikat bahaya pergaulan bebas, dampak bahaya pergaulan bebas bagi diri sendiri dan lingkungan, dan langkah-langkah pencegahan terhadap bahaya pergaulan bebas.</li> <li>e. Setiap peserta didik menyusun simpulan akhir dan membacanya di depan peserta didik yang lain di akhir pembelajaran secara bergiliran, yang menekankan nilai-nilai: disiplin, kejujuran, kerja sama, percaya diri, dan ingin tahu.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup                         <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik berdoa.</li> <li>c. Peserta didik mencuci tangan, memakai masker, dan beristirahat.</li> </ol> </li> </ol>

Asesmen:

- a. Sikap : Jurnal/observasi.
- b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.
- c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/MG 1 (membuat materi tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas).	Pengetahuan	Keterampilan		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran materi pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas.</li> <li>2. Buatlah kliping atau makalah tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas.</li> </ol>	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan
Tagihan 2/MG 2 (mempresentasikan materi tentang pencegahan terhadap “bahaya pergaulan bebas).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 117-118.</li> <li>2. Kerjakan soal esai (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 118.</li> </ol>	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Sepak Bola  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1. mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan sepak bola dengan benar.
<b>Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran</b>		
<b>Materi Pembelajaran</b>	<b>Kegiatan Pembelajaran</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>)</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan sepak bola</li> <li>○ Bola sepak</li> <li>○ Rintangan (corong)</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 1-8).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 59-78).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan sepak bola.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain kucing-tikus).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>b. Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola (menendang bola, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, melempar bola ke dalam), yang tidak mampu dilakukan pada saat gerakan.</li> <li>c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, secara individu maupun kelompok, dan guru mengamati seluruh aktivitas tersebut.</li> <li>d. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, sesuai koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>e. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru.</li> <li>f. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola sesuai koreksi oleh guru.</li> <li>g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola aktivitas variasi gerak spesifik permainan sepak bola, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>h. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (menendang, menahan, dan menggiring bola).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (menyundul bola dan melempar bola).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan sepak bola. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas permainan sepak bola.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain sepak bola menggunakan peraturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 18. 2. Kerjakan soal esai (1 – 3) pada buku teks Yudhistira hal 19.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
Kelas/Semester : VIII / 2  
Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bola Voli  
Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola voli dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola voli dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Saintifik</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan bola voli</li> <li>○ Bola voli</li> <li>○ Net (Seutas tali)</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 8-14).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 79-92).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan bola voli.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit) <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain kucing-tikus).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit) <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>b. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli (<i>passing</i> bawah, <i>passing</i> atas, servis bawah, servis atas, <i>smash</i>, dan <i>block</i>/ bendungan) secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>c. Peserta didik mencoba dan melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>d. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli.</li> <li>e. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Lamanya waktu bermain misalnya: 10 menit.</li> <li>f. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola voli secara seksama.</li> <li>g. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit) <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (passing dan servis).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (smes dan block).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bola voli. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan bola voli.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain bola voli menggunakan peraturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (6 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 18-19. 2. Kerjakan soal esai (4 – 70) pada buku teks Yudhistira hal 19.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bola Basket  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.1. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola basket dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bola basket dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> <i>Inquiry/Discovery Learning</i></li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan bola basket</li> <li>○ Bola basket</li> <li>○ Net (Seutas tali)</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Erlang-ga (hal. 14-20).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Erlang-ga (hal. 93-106).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan bola basket.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain mengoperkan bola beranting).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, menembak, dan <i>merebound</i>) sesuai dengan instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai.</li> <li>b. Guru membuka dan menjelaskan manfaat dan tujuan pembelajaran aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket bagi kesehatan dan kebugaran.</li> <li>c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket sesuai dengan penjelasan guru secara individu maupun kelompok.</li> <li>d. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan gerakan.</li> <li>e. Peserta didik secara individu dan dan kelompok melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket sesuai dengan koreksi guru.</li> <li>f. Seluruh aktivitas aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket peserta didik setelah diberikan umpan balik diamati oleh guru secara individu maupun kelompok.</li> <li>g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bola basket, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>h. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (gerakan melempar, menangkap, dan menggiring).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (gerakan menembak dan <i>lay-uo shoot</i> ).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bola basket. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas permainan bola basket.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain bola basket menggunakan peraturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (11 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 19. 2. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 19.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Rounders  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	4.2. Mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan rounders dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan rounders dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> <i>Cooperatif (Cooperative Learning)</i></li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan rounders</li> <li>○ Bola rounders</li> <li>○ Pemukul rounders</li> <li>○ Tiang hinggap</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 22-27).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 107-121).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan rounders.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain mengoperkan bola beranting).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>b. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders (melempar, menangkap, dan memukul bola, berlari menuju <i>base</i>), sesuai dengan pembagian kelompok instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai.</li> <li>c. Guru menjelaskan keterkaitannya aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders terhadap kebugaran jasmani.</li> <li>d. Peserta didik yang memiliki kemampuan lebih baik dapat dijadikan sebagai mediator bagi peserta didik lain dalam kelompok tersebut.</li> <li>e. Secara kelompok peserta didik berganti tempat untuk mempelajari hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders, yang berbeda dari kelompok asal.</li> <li>f. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders.</li> <li>g. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders peserta didik diawasi dan diberikan koreksi dan diberi umpan balik oleh guru.</li> <li>h. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan rounders, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>i. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (melempar dan menangkap bola).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (memukul bola dan berlari menuju base).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan rounders. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas permainan rounders.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain rounder menggunakan peraturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 35. 2. Kerjakan soal esai (1 – 4) pada buku teks Yudhistira hal 36.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Bulu Tangkis  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	4.2. mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> <i>Jigsaw</i></li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan bulu tangkis</li> <li>○ Shuttlecock</li> <li>○ Raket</li> <li>○ Net/jaring</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 27-30).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 122-136).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melambung-lambungkan <i>shuttlecock</i> ke atas).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis (memegang raket, posisi berdiri (<i>stance</i>), gerakan kaki/<i>footwork</i>, servis panjang, servis pendek, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i>, dan pukulan <i>smash</i>).</li> <li>b. Peserta didik membagi diri ke dalam delapan (8) kelompok sesuai dengan materi. Di dalam kelompok ini setiap peserta didik secara berulang-ulang melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis sesuai dengan nama kelompoknya.</li> <li>c. Setiap anggota kelompok berkunjung ke kelompok lain untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari kelompok lain setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>d. Setiap anggota kelompok kembali ke kelompok masing-masing untuk mempelajari dan “mengajari” materi dari dan ke kelompoknya sendiri setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>e. Peserta didik menerima umpan balik secara individual maupun klasikal dari guru.</li> <li>f. Peserta didik mencoba tugas hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis ke dalam permainan sederhana, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras.</li> <li>g. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan bulu tangkis peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru.</li> <li>h. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a. Sikap : Jurnal/observasi.		
b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan.		
c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.		

Tagihan 1/PT 1 (servis, pukulan <i>forehand</i> , dan <i>backhand</i> ).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (pukulan smes).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan bulu tangkis. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas permainan bulu tangkis.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain bulu tangkis menggunakan peraturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (6 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 35-36. 2. Kerjakan soal esai (5 – 7) pada buku teks Yudhistira hal 37.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Permainan Tenis Meja  
 Alokasi Waktu : 3 Kali Pertemuan ( 9 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.2. Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	4.2. mempraktikkan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik permainan tenis meja dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik permainan tenis meja dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> <i>Cooperatif (Cooperative Learning)</i></li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan tenis meja</li> <li>○ Bola tenis meja</li> <li>○ Bet</li> <li>○ Net/jaring</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 30-38).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 137-151).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik permainan tenis meja.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melambung-lambungkan bola ke atas dengan bet).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>b. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja (memegang bet, posisi berdiri (<i>stance</i>), gerakan kaki/<i>footwork</i>, servis <i>forehand</i>, servis <i>backhand</i>, pukulan <i>forehand</i>, pukulan <i>backhand</i> dan pukulan <i>smash</i>), sesuai dengan pembagian kelompok instruksi guru sebelum pembelajaran dimulai.</li> <li>c. Peserta didik yang memiliki kemampuan lebih baik dapat dijadikan sebagai mediator bagi peserta didik lain dalam kelompok tersebut.</li> <li>d. Secara kelompok peserta didik berganti tempat untuk mempelajari hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, yang berbeda dari kelompok asal.</li> <li>e. Peserta didik secara individu dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>f. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja peserta didik diberikan umpan balik oleh guru secara individu maupun kelompok.</li> <li>g. Peserta didik secara individu, berpasangan, dan atau kelompok melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik permainan tenis meja, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>h. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a. Sikap : Jurnal/observasi b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.		

Tagihan 1/PT 1 (servis, pukulan <i>forehand</i> , dan <i>backhand</i> ).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 2/PT 2 (pukulan smes).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas permainan tenis meja. 2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas permainan tenis meja.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi
Tagihan 3/PT 3 (bermain tenis meja menggunakan per-aturan dimodifikasi).	1. Kerjakan soal pilihan ganda (11 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 36. 2. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 37.			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Lari Sambung/Estafet  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lari jarak pendek dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lari jarak pendek dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Penugasan</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan atletik</li> <li>○ Tongkat estafet</li> <li>○ <i>Start block</i></li> <li>○ Tali pembatas</li> <li>○ <i>Stopwatch</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. <i>PJOK</i> (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 42-43).</li> <li>○ Muhajir. 2017. <i>PJOK</i> (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 165-177).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik lari sambung/estafet.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik lari sambung/estafet.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain berkumpul dengan berlari ke suatu sasaran).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet (<i>start</i>, memberi dan menerima tongkat estafet, dan memasuki garis <i>finish</i>).</li> <li>b. Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet.</li> <li>c. Peserta didik menerima umpan balik dari guru tentang hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet.</li> <li>d. Peserta didik melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan.</li> <li>e. Peserta didik mencoba melakukan tugas aktivitas gerak spesifik lari sambung/estafet dalam bentuk perlombaan lari sambung/estafet secara sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
<b>Asesmen:</b> a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portofolio.		

Tagihan 1/PT 1 ( <i>start</i> , gerakan lari sambung/estafet, dan memasuki garis <i>finish</i> ).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Jarak Tempuh
Tagihan 2/PT 2 (lomba lari sambung/ estafet menempuh jarak 4 x 50 m).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lari sambung/estafet. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lari sambung/estafet. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (5 – 8) pada buku teks Yudhistira hal 52. 4. Kerjakan soal esai (3 – 4) pada buku teks Yudhistira hal 53.			Awal	pelaksana	Akhir	Jarak Tempuh

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Keterampilan Gerak Lompat Jangkit  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	· Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lompat jangkit dengan benar.	· Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lompat jangkit dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>· <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>· <b>Metode:</b> Penugasan</li> <li>· <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan atletik</li> <li>○ Bak lompat jangkit</li> <li>○ Tali pembatas</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>· <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 44-46).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 178-190).</li> </ul> </li> <li>· <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik lompat jangkit.</li> <li>· <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (melompat-lompat tali yang direntangkan).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menerima dan mempelajari lembar periksa sendiri (<i>selfcheck sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat).</li> <li>b. Peserta didik mencoba melakukan hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit sesuai dengan gambar dan diskripsi yang ada pada lembar periksa sendiri.</li> <li>c. Peserta didik melakukan tugas gerak dan memeriksa keberhasilannya sendiri (sesuai indikator atau tidak) secara berurutan satu persatu. Jika telah menguasai gerakan pertama (tolakan/tumpuan), maka dipersilahkan untuk melanjutkan ke gerakan kedua (awalan), dan jika belum maka harus mengulang kembali gerakan pertama. Demikian seterusnya hingga tuntas seluruh materi.</li> <li>d. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lompat jangkit, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan.</li> <li>e. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (awalan, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Jauh Lompatan
Tagihan 2/PT 2 (lomba lompat jangkit).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lompat jangkit.</li> <li>2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lompat jangkit.</li> <li>3. Kerjakan soal pilihan ganda (9 – 12) pada buku teks Yudhistira hal 52-53.</li> <li>4. Kerjakan soal esai (5 – 7) pada buku teks Yudhistira hal 53.</li> </ol>			Awal	pelaksana	Akhir	Jauh Lompatan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Lempar Lembing  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.3. Memahami variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)	4.3. Mempraktikkan variasi gerak spesifik jalan, lari, lompat, dan lempar dalam berbagai permainan sederhana dan atau tradisional *)
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan variasi gerak spesifik lempar lembing dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan variasi gerak spesifik lempar lembing dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Komando</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lapangan atletik</li> <li>○ Sektor lempar lembing</li> <li>○ Lembing</li> <li>○ Tali pembatas</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. <i>PJOK</i> (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal.46-54).</li> <li>○ Muhajir. 2017. <i>PJOK</i> (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 191-203).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Variasi gerak spesifik lempar lembing.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (berlomba melempar-lempar benda sejauh-jauhnya).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing (memegang lembing, awalan, melempar lembing, dan gerak lanjutan lempar lembing), baik melalui vidio pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik.</li> <li>b. Peserta didik mencoba hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing, yang telah diperlihatkan melalui vidio pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik.</li> <li>c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan secara berulang-ulang hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, sportivitas, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>d. Peserta didik menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal, tentang hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing.</li> <li>e. Seluruh hasil pengamatan aktivitas variasi gerak spesifik lempar lembing, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.		

Tagihan 1/PT 1 (awalan, melempar lembing, dan menjaga keseimbangan).	<b>Pengetahuan</b>			<b>Keterampilan</b>			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Jauh Lemparan
Tagihan 2/PT 2 (lomba melempar lembing).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas lempar lembing. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas lempar lembing. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (12 – 15) pada buku teks Yudhistira hal 53. 4. Kerjakan soal esai (8 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 53.			Awal	pelaksana	Akhir	Jauh Lemparan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spesifik Senam Lantai  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.6. Memahami kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	4.6. Mempraktikkan kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan kombinasi gerak spesifik senam lantai dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan kombinasi gerak spesifik senam lantai dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Komando</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruang sekolah/ lapangan sekolah</li> <li>○ Matras</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal.81-90).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 233-246).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Kombinasi gerak spesifik senam lantai.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan kombinasi gerak spesifik senam lantai.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (lomba lompat-lompat katak).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (putera dan puteri dibagi sama banyak).</li> <li>b. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai (keseimbangan menggunakan kaki, keseimbangan menggunakan lengan, keseimbangan menggunakan kepala, guling ke depan, dan guling dan belakang) yang lebih kompleks dalam aktivitas spesifik senam lantai secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>c. Peserta didik mencoba dan melakukan tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai secara berpasangan dan berkelompok.</li> <li>d. Peserta didik mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru tentang tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai.</li> <li>e. Peserta didik memperagakan dan mengomunikasikan tentang aktivitas kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam gerak spesifik senam lantai dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras.</li> <li>f. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran. Laporan hasil pembelajaran dilaporkan kepada guru yang berkenaan dengan: Kesulitan, hambatan, dan capaian hasil belajar yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1/PT 1 (keseimbangan menggunakan kaki, lengan, dan kepala).	Pengetahuan			Keterampilan		
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir
Tagihan 2/PT 2 (rangkaiian guling depan dan guling belakang).	1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas gerak spesifik senam lantai. 2. Buatlah kliping atau makalah tentang aktivitas senam lantai. 3. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 89. 4. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 90.			Awal	pelaksana	Akhir

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Spwsifik Renang Gaya Bebas  
 Alokasi Waktu : 8 Kali Pertemuan ( 24 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.8. Memahami gerak spesifik salah satu gaya renang dengan koordinasi yang baik ***).	4.8. Mempraktikkan konsep gerak spesifik salah satu gaya renang dengan koordinasi yang baik ***).
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan gerak spesifik renang gaya bebas dengan benar.	Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan gerak spesifik renang gaya bebas dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Komando</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kolam renang</li> <li>○ Pelampung renang</li> <li>○ Kaca mata renang</li> <li>○ <i>Stopwach</i></li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 99-106).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 261-272).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Rangkaian gerak spesifik renang gaya bebas.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan melakukan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai.</li> <li>c. Peserta didik melakukan pemanasan (peregangan statis), kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dalam bentuk <i>game</i> (bermain saling menjipratkan air ke muka teman).</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (90 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas (meluncur, gerakan kaki, gerakan lengan, gerakan mengambil napas, dan koordinasi gerakan), baik melalui vidio pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik.</li> <li>b. Peserta didik mencoba hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas, yang telah diperlihatkan melalui vidio pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik.</li> <li>c. Peserta didik melakukan hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas secara berulang-ulang sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru, yang menekankan pada nilai-nilai: disiplin, kerja sama, percaya diri, dan kerja keras sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.</li> <li>d. Peserta didik menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal, hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas.</li> <li>e. Seluruh hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas, yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan.</li> <li>f. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan hasil pengamatan aktivitas gerak spesifik renang gaya bebas secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen:		
a.	Sikap	: Jurnal/observasi.
b.	Pengetahuan	: Tes tertulis dan penugasan.
c.	Keterampilan	: Tes praktik dan portopolio.

Tagihan 1-2/PT 1-2 (gerakan kaki).	Pengetahuan			Keterampilan			
	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh
Tagihan 3-4/PT 3-4 (gerakan lengan).	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh
Tagihan 5-6/PT 5-6 (gerakan mengambil napas).	Gerakan	Kesalahan	Perbaikan	Awal	pelaksana	Akhir	Waktu Tempuh
Tagihan 7-8/PT 7-8 (lomba renang gaya bebas menempuh jarak 25 m).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran aktivitas renang gaya bebas.</li> <li>2. Buatlah klipng atau makalah tentang aktivitas renang gaya bebas.</li> <li>3. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 105.</li> <li>4. Kerjakan soal esai (1 – 5) pada buku teks Yudhistira hal 106.</li> </ol>			Awal	pelaksana	Akhir	Frekuensi

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMP/M.TS .....  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan  
 Kelas/Semester : VIII / 2  
 Materi Pokok : Menjaga Keselamatan di Jalan Raya  
 Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan ( 6 JP )

Tujuan Pembelajaran	KD 3	KD 4
	3.10. Memahami cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.	4.10. Memaparkan cara menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.
	IPK 3	IPK 4
	Mengidentifikasi, menguraikan, dan cara menerapkan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya dengan benar.	Mengkaji, mengemas, dan mempresentasikan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya dengan benar.
Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran		
Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Model:</b> Pembelajaran tatap muka.</li> <li>• <b>Metode:</b> Berbasis masalah (<i>Problem-Based Learning</i>)</li> <li>• <b>Alat, Bahan, dan Media Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ruang kelas</li> <li>○ Laktop</li> <li>○ Gambar</li> <li>○ Vidio pembelajaran</li> </ul> </li> <li>• <b>Sumber Belajar:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 119-132).</li> <li>○ Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: PT. Yudhistira (hal. 288-299).</li> </ul> </li> <li>• <b>Produk:</b> Pemahaman dan penerapan menjaga keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.</li> <li>• <b>Deskripsi:</b> Peserta didik secara berkelompok memahami dan menerapkan keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta didik berbaris dan mengucapkan salam, berdoa, dan guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.</li> <li>b. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai oleh peserta didik.</li> <li>c. Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat mempelajari dan memahami bahaya, cara penularan, dan cara mencegah HIV/AIDS untuk mewujudkan budaya hidup sehat.</li> </ol> </li> <li>2. Kegiatan Inti (95 Menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru menyajikan/menyampaikan sebuah fenomena yaitu: sebuah kejadian kecelakaan di jalan raya.</li> <li>b. Peserta didik dengan difasilitasi oleh guru menemukan dan mengklarifikasi masalah tersebut.</li> <li>c. Peserta didik mengidentifikasi masalah dan melakukan curah pendapat dengan difasilitasi oleh guru.</li> <li>d. Peserta didik dalam kelompok mengklasifikasi apa yang diketahui, apa yang perlu diketahui, apa yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah, dengan menyusun pertanyaan.</li> <li>e. Peserta didik secara mandiri maupun kelompok mengumpulkan data dan informasi (pengetahuan, konsep, teori) dari berbagai sumber (<i>websites</i>, buku siswa, dan lain-lain) untuk menemukan solusi atas masalah yang ditemukan.</li> <li>f. Peserta didik mengolah hasil pengumpulan informasi untuk dipergunakan sebagai solusi pemecahan masalah dalam kelompok.</li> <li>g. Peserta didik dalam kelompok berbagi informasi dan diskusi untuk menemukan dan menentukan solusi yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah.</li> <li>h. Peserta didik menyusun hasil kerja kelompok yang dapat berupa paparan, peragaan atau dalam bentuk lembaran.</li> <li>i. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas.</li> <li>j. Peserta didik yang lain mereviu dan memberi tanggapan terhadap kerja kelompok.</li> </ol> </li> <li>3. Kegiatan Penutup (15 menit)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.</li> <li>b. Peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan.</li> <li>c. Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.</li> </ol> </li> </ol>	
Asesmen: a. Sikap : Jurnal/observasi. b. Pengetahuan : Tes tertulis dan penugasan. c. Keterampilan : Tes praktik dan portopolio.		

Tagihan 1/MG 1 (membuat materi tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya).	Pengetahuan	Keterampilan		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran materi keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.</li> <li>2. Buatlah kliping atau makalah tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya.</li> </ol>	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan
Tagihan 2/MG 2 (mempresentasikan materi tentang keselamatan diri dan orang lain di jalan raya).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kerjakan soal pilihan ganda (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 131.</li> <li>2. Kerjakan soal esai (1 – 10) pada buku teks Yudhistira hal 132.</li> </ol>	Menyiapkan materi	Kegiatan presentasi	Simpulan

Mengetahui dan Menyetujui, Kepala SMP/M.TS .....	Jakarta, ..... 2020 Guru Mata Pelajaran
..... NIP.	..... NIP.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albanese, M.A. & Mitchell, S. 1993. *Problem Based Learning: a Review of The Literature on Outcomes and Implementation Issues*. Journal of Academic Medicine.
- AleVIIIander, D. 2000. *The learning that lies between play and academics in afterschool programs*. National Institute on Out-of-School Time. Retrieved from <http://www.niost.org/Publications/papers>.
- Anderson, L. & Krathwohl, D. 2001. *A TaVIIIonomy For Learning, Teaching and Assessing*. New York : Longman.
- Anderson, L.W., Krathwohl, D.R., Airasian, P.W., Cruikshank, K.A., Mayer, R.E., Pintrich, P.R., Raths, J., Wittrock, M.C. 2000. *A TaVIIIonomy for Learning, Teaching, and Assessing: A revision of Bloom's TaVIIIonomy of Educational Objectives*. New York: Pearson, Allyn & Bacon.
- Badan Pengembangan Sumber Daya Manusia. 2013. *Pedoman Penilaian Hasil Belajar*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Barron, B., & Darling-Hammond, L. 2008. *Teaching for meaningful learning: A review of research on inquiry-based and cooperative learning*. Retrieved from **Error! Hyperlink reference not valid.**
- Barrows, H.S. & Tamblyn, R.M.. 2010. *Problem Based Learning: an Approach to Medical Education*. New York: Springer Publishing.
- Binkley, M., Erstad, O., Herman, J., et.al. 2010. *Assesment and Teaching of 21st Century Skill*. Melbourne: The University of Melbourne Press.
- Buck Institute for Education. 2011. *Introduction to Project Based Learning*. [Online]. Diakses di <http://www.bie.org/images/uploads/general>.
- Dahlan, M.D. 2005. *Model-Model Mengajar*. Bandung: Diponegoro. Sugiyono, Prof. Dr. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Dantes, Nyoman. 2010. *Hakikat Asesmen Otentik Sebagai Penilaian Proses dan Produk Dalam Pembelajaran yang Berbasis Kompetensi (Makalah Disampaikan pada In House Training (IHT) SMA N 1 Kuta Utara)*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Das, Salirawati. 2009. *Penerapan Problem Based Learning Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Peserta Didik Dalam Memecahkan Masalah*, Makalah.
- Grant, M. 2009. *Understanding projects in projectbased learning: A student's perspective*. Paper presented at Annual Meeting of the American Educational Research Association, San Diego, CA.
- Grisham-Brown, J., Hallam, R., & Brookshire, R. 2006. *Using Authentic Assessment to Evidence Children's Progress Toward Early Learning Standards*. Early Childhood Education Journal, 34 (1), 45-51.
- Hamzah B. Uno dan Satria Koni. 2012. *Assessment Pembelajaran*. Bumi Jakarta: Aksara.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Ibrahim, M dan Nur. 2011. *Pengajaran Berdasarkan Masalah*. Surabaya: University Press.
- Jewet, A.E. 1994. *Curriculum Theory and Research in Sport Pedagogy, dalam Sport Science Review. Sport Pedagogy* . Vol. 3 (1), h. 11-18.
- Jewett; Bain; dan Ennis. 1995. *The Curriculum Process in Physical Education*, Second Edition, Brown & Benchmark Publishers.
- Kemendiknas. 2010. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Usia 16-19 Tahun*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Kemendikbud. 2017. *Inspirasi Pembelajaran dan Penilaian Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah/Sekolah Menengah Kejuruan/Sekolah Aliyah Kejuruan (SMP/M.TS/SMK/MAK)*. Jakarta: Kemendikbud.
- ..... 2017. *Silabus Mata Pelajaran Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Syanawiyah SMP/M.TS/SMK/MAK*. Jakarta: Kemendikbud.
- ..... 2018. *Modul Pelatihan Implementasi Kurikulum 2013 SMP/M.TS/SMK/MAK*. Jakarta: Kemendikbud.
- Lutan, Rusli. 2012. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Perguruan Tinggi.
- ..... 2005. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Sekolah: Penguasaan Kompetensi Dalam Konteks Budaya Gerak*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Perguruan Tinggi.
- Mahendra, Agus, dkk. 2006. *Implementasi Movement-Problem-Based Learning Sebagai Pengembangan Paradigma Reflective Teaching Dalam Pendidikan Jasmani: Sebuah Community-Based Action*

- Research Di Sekolah Menengah Di Kota Bandung.
- Mendikbud. 2019. *Surat Edaran Nomor 14 Tahun 2019 Tentang Penyederhanaan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran*. Jakarta: Kemdikbud.
- Morrison, G.R., Ross, S.M., Kalman, H.K., Kemp, J.E. Kemp. 2011. *Designing Effective Instruction*, SiVIIIth Edition. New York: John Wiley & Sons, INC.
- Mudjiman, Haris. 2006. *Belajar Mandiri*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press).
- Mulyasa, E. 2014. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : ROSDA.
- Muhajir. 2017. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, Untuk SMP/M.Ts Kelas VIII*. Jakarta: PT. Yudhistira.
- Muhajir. 2017. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, Untuk SMP/M.Ts Kelas VIII*. Jakarta: PT. Yudhistira.
- Proyek DUELike Universitas Indonesia. 2002. *Panduan Pelaksanaan Collaborative Learning & Problem Based Learning*. Depok: UI.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 32 Tahun 2013 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2016 tentang Standar Kompetensi Lulusan Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2016 tentang Standar Isi. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standar Proses. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2016 tentang Standar Penilaian Pendidikan. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2016 tentang Cakupan Kompetensi Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2018 Tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 58 Tahun 2014 Tentang Kurikulum 2013 Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 37 Tahun 2018 Tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 24 Tahun 2016 Tentang Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar Pelajaran Pada kurikulum 2013 Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.
- Saifuddin Azwar. 2013. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Savery, J. R. 2006. Overview of problem-based learning: Definitions and distinctions. *The Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 1(1), 9–20. *Journal of Problem-Based Learning*, 3 (1), 12–43.
- Siedentop, D. 1991. *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield Publishing Company.
- Sudarwan. 2012. *Penilaian otentik dalam Pembelajaran, Makalah pada Workshop Kurikulum*. Jakarta: Kemdikbud.
- Syamsudini. 2012. *Aplikasi Metode Discovery Learning dalam Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah, Motivasi Belajar dan Daya Ingat Peserta didik*.
- Stevenson, N. 2006. *Young Person's Character Education Hand Book*, Indianapolis, Jist Life.
- Tim penyusunan Bahan Ajar. 2010. *Buku Bahan Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : PPPPTK Penjas & BK.