

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

|                                                                   |                              |                  |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------|
| SEKOLAH : SMA ( <a href="https://masbabal.com">masbabal.com</a> ) | KELAS/SEMESTER : XI / 2      | KD : 3.7 dan 4.7 |
| MATA PELAJARAN : PJOK                                             | ALOKASI WAKTU : 3 x 45 menit | PERTEMUAN Ke :   |
| MATERI : Aktivitas Ritmik                                         |                              |                  |

A. TUJUAN

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>Memahami latihan gerak pemanasan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami ini latihan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami latihan gerak pendinginan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Menganalisis sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Mempraktikkan hasil sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Media :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Worksheet atau lembar kerja (siswa)</li><li>Lembar penilaian</li><li>LCD Proyektor/ Slide presentasi (ppt)</li></ul> | <b>Alat/Bahan :</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Penggaris, spidol, papan tulis</li><li>Laptop &amp; infocus</li></ul> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                    |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PENDAHULUAN</b> |                          | <ul style="list-style-type: none"><li>Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional ( PPK)</li><li>Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking)</li><li>Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan</li><li>Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran</li></ul> |
| <b>KEGIATAN</b>    | <b>Kegiatan Literasi</b> | Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Gerak Pemanasan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                     |
|                    | <b>Critical Thinking</b> | Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi <i>Gerak Pemanasan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                      |
|                    | <b>Collaboration</b>     | Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Gerak Pemanasan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                        |
|                    | <b>Communication</b>     | Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan                                                                                                                                                                     |
|                    | <b>Creativity</b>        | Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <i>Gerak Pemanasan Aktivitas Ritmik</i> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami                                                                                                                                                             |
| <b>PENUTUP</b>     |                          | <ul style="list-style-type: none"><li>Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar</li><li>Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat</li><li>Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa</li></ul>                                                                                                                           |

C. PENILAIAN

|                              |                                   |                                             |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|
| - Sikap : Lembar pengamatan, | - Pengetahuan : LK peserta didik, | - Keterampilan: Kinerja & observasi diskusi |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

....., .....2020  
Guru Mata Pelajaran

.....  
Nip.

.....  
Nip.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

|                                                                   |                              |                  |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------|
| SEKOLAH : SMA ( <a href="https://masbabal.com">masbabal.com</a> ) | KELAS/SEMESTER : XI / 2      | KD : 3.7 dan 4.7 |
| MATA PELAJARAN : PJOK                                             | ALOKASI WAKTU : 3 x 45 menit | PERTEMUAN Ke :   |
| MATERI : Aktivitas Ritmik                                         |                              |                  |

A. TUJUAN

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>Memahami latihan gerak pemanasan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami ini latihan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami latihan gerak pendinginan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Menganalisis sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Mempraktikkan hasil sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Media : <ul style="list-style-type: none"><li>Worksheet atau lembar kerja (siswa)</li><li>Lembar penilaian</li><li>LCD Proyektor/ Slide presentasi (ppt)</li></ul> | Alat/Bahan : <ul style="list-style-type: none"><li>Penggaris, spidol, papan tulis</li><li>Laptop &amp; infocus</li></ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|             |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PENDAHULUAN |                   | <ul style="list-style-type: none"><li>Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional ( PPK)</li><li>Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking)</li><li>Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan</li><li>Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran</li></ul> |
| KEGIATAN    | Kegiatan Literasi | Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Gerak Inti latihan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                  |
|             | Critical Thinking | Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi <i>Gerak Inti latihan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                   |
|             | Collaboration     | Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Gerak Inti latihan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                     |
|             | Communication     | Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan                                                                                                                                                                     |
|             | Creativity        | Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <i>Gerak Inti latihan Aktivitas Ritmik</i> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami                                                                                                                                                          |
| PENUTUP     |                   | <ul style="list-style-type: none"><li>Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar</li><li>Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat</li><li>Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa</li></ul>                                                                                                                           |

C. PENILAIAN

|                              |                                   |                                             |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|
| - Sikap : Lembar pengamatan, | - Pengetahuan : LK peserta didik, | - Keterampilan: Kinerja & observasi diskusi |
|------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|

.....  
Nip.

.....  
Nip.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

|                                                                  |                              |                  |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------|
| SEKOLAH : SMA ( <a href="http://masbabal.com">masbabal.com</a> ) | KELAS/SEMESTER : XI / 2      | KD : 3.7 dan 4.7 |
| MATA PELAJARAN : PJOK                                            | ALOKASI WAKTU : 3 x 45 menit | PERTEMUAN Ke :   |
| MATERI : Aktivitas Ritmik                                        |                              |                  |

A. TUJUAN

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>Memahami latihan gerak pemanasan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami ini latihan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Memahami latihan gerak pendinginan dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Menganalisis sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li><li>Mempraktikkan hasil sistematika latihan (gerak pemanasan, inti latihan, dan pendinginan) dalam aktivitas gerak berirama</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Media : <ul style="list-style-type: none"><li>Worksheet atau lembar kerja (siswa)</li><li>Lembar penilaian</li><li>LCD Proyektor/ Slide presentasi (ppt)</li></ul> | Alat/Bahan : <ul style="list-style-type: none"><li>Penggaris, spidol, papan tulis</li><li>Laptop &amp; infocus</li></ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|               |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PENDAHULUAN   |                   | <ul style="list-style-type: none"><li>Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional ( PPK)</li><li>Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking)</li><li>Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan</li><li>Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran</li></ul> |
| KEGIATAN INTI | Kegiatan Literasi | Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Gerak Pendinginan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                   |
|               | Critical Thinking | Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi <i>Gerak Pendinginan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                    |
|               | Collaboration     | Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Gerak Pendinginan Aktivitas Ritmik</i>                                                                                                                                                                                      |
|               | Communication     | Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok atau individu secara klasikal, mengemukakan pendapat atas presentasi yang dilakukan kemudian ditanggapi kembali oleh kelompok atau individu yang mempresentasikan                                                                                                                                                                     |
|               | Creativity        | Guru dan peserta didik membuat kesimpulan tentang hal-hal yang telah dipelajari terkait <i>Gerak Pendinginan Aktivitas Ritmik</i> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami                                                                                                                                                           |
| PENUTUP       |                   | <ul style="list-style-type: none"><li>Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar</li><li>Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat</li></ul>                                                                                                                                                                                                               |

|  |                                                                                                                             |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa</li></ul> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

C. PENILAIAN

|   |                            |                                   |                                             |
|---|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|
| - | Sikap : Lembar pengamatan, | - Pengetahuan : LK peserta didik, | - Keterampilan: Kinerja & observasi diskusi |
|---|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------|

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

....., .....**2020**  
Guru Mata Pelajaran

.....  
**Nip.**

.....  
**Nip.**