RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

SEKOLAH : SMA (masbabal.com)
MATA PELAJARAN : PJOK

MATERI : Senam Lantai

KELAS/SEMESTER : XI / 2
ALOKASI WAKTU : 3 x 45 menit
PERTEMUAN Ke :

A. TUJUAN

- Memahami gerak lompat jongkok pada aktifitas senam lantai
- Memahami gerak lompat kangkang pada aktifitas senam lantai
- Menganalisis kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang
- Memahami cara memperbaik kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang
- Mempraktikkan hasil analisis gerak lompat jongkok dan lompat kangkang dalam aktivitas spesifik senam lantai

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

ı	Media:	Alat/Bahan :
ı	□ Worksheet atau lembar kerja (siswa)	☐ Penggaris, spidol, papan tulis
ı	☐ Lembar penilaian	☐ Laptop & infocus
ı	☐ <i>LCD Proyektor/</i> Slide presentasi (ppt)	
ı		

PENDAHULUAN		 Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional (PPK) Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking) Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran 	
K E G	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Rangkaian Lompat jongkok</i>	
I A T A	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>Rangkaian Lompat jongkok</i>	
N I N T	Collaboration	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Rangkaian Lompat jongkok</i>	
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 Rangkaian Lompat jongkok Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami	
PENUTUP		 Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa 	

C. PENILAIAN

- Sikap : Lemoar pengamatan,	- Pengetanuan : LK peserta didik,	- Ketrampiian: Kinerja & ooservasi diskusi
Mengetahui, Kepala Sekolah		
 Nip.		Nip.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

: SMA (masbabal.com) : PJOK SEKOLAH KELAS/SEMESTER : XI / 2 KD : 3.6 dan 4.6 MATA PELAJARAN ALOKASI WAKTU : 3 x 45 menit PERTEMUAN Ke **MATERI**: Senam Lantai

A. TUJUAN

- Memahami gerak lompat jongkok pada aktifitas senam lantai
- Memahami gerak lompat kangkang pada aktifitas senam lantai
- Menganalisis kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang Memahami cara memperbaik kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang
- Mempraktikkan hasil analisis gerak lompat jongkok dan lompat kangkang dalam aktivitas spesifik senam lantai

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Media:	Alat/Bahan :
□ Worksheet atau lembar kerja (siswa)	☐ Penggaris, spidol, papan tulis
☐ Lembar penilaian	☐ Laptop & infocus
☐ <i>LCD Proyektor/</i> Slide presentasi (ppt)	

1	PENDAHULUAN	 Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional (PPK) Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking) Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran 		
K E G	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Rangkaian Lompat kangkang</i>		
I A T A	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>Rangkaian Lompat kangkang</i>		
N I N T	Collaboration	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Rangkaian Lompat kangkang</i>		
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 Rangkaian Lompat kangkang Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami		
	PENUTUP	 Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat Guru menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya dan berdoa 		

C. PENILAIAN

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

Mengetahui,

<u></u>	<u></u>
Nip.	Nip.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Guru Mata Pelajaran

SEKOLAH	: SMA (masbabal.com)	KELAS/SEMESTER : XI / 2	KD	: 3.6 dan 4.6
MATA PELAJARAN	: PJOK	ALOKASI WAKTU : 3 x 45 men	t PERTEMUAN Ke	:
MATERI : Senam L	antai			

A. TUJUAN

Kepala Sekolah

- Memahami gerak lompat jongkok pada aktifitas senam lantai
- Memahami gerak lompat kangkang pada aktifitas senam lantai
- Menganalisis kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang
- Memahami cara memperbaik kesalahan yang dilakukan pada gerak lompat jongkok dan lompat kangkang
- Mempraktikkan hasil analisis gerak lompat jongkok dan lompat kangkang dalam aktivitas spesifik senam lantai

B. LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

Media:	Alat/Bahan :
□ Worksheet atau lembar kerja (siswa)	☐ Penggaris, spidol, papan tulis
□ Lembar penilaian	☐ Laptop & infocus
☐ <i>LCD Proyektor/</i> Slide presentasi (ppt)	

	PENDAHULUAN	 Peserta didik memberi salam, berdoa, menyanyikan lagu nasional (PPK) Guru mengecek kehadiran peserta didik dan memberi motivasi (yel-yel/ice breaking) Guru menyampaikan tujuan dan manfaat pembelajaran tentang topik yang akan diajarkan Guru menyampaikan garis besar cakupan materi dan langkah pembelajaran 	
K E G	Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca dan menuliskannya kembali. Mereka diberi tayangan dan bahan bacaan terkait materi <i>Rangkaian lompat jongkok dan lompat kangkang</i>	
I A T A N	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>Rangkaian lompat jongkok dan lompat kangkang</i>	
I N T	Collaboration	Peserta didik dibentuk dalam beberapa kelompok untuk mendiskusikan, mengumpulkan informasi, mempresentasikan ulang, dan saling bertukar informasi mengenai <i>Rangkaian lompat jongkok dan lompat kangkang</i>	
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>Rangkaian lompat jongkok dan lompat kangkang</i> Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami	
PENUTUP		 Guru bersama peserta didik merefleksikan pengalaman belajar Guru memberikan penilaian lisan secara acak dan singkat 	

•		enyampaikan rencana pembelajaran pada berikutnya dan berdoa
C. PENILAIAN		
- Sikap : Lembar pengamatan,	- Pengetahuan : LK peserta didik,	- Ketrampilan: Kinerja & observasi diskusi
Mengetahui, Kepala Sekolah		
 Nip.		 Nip.