

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

SMA N 1 IMOIRI

Jl.Imogiri timur km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Disusun Sebagai Tugas Akhir Pelaksanaan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Dosen Pembimbing :

Sujarwo, M.Or



Disusun Oleh :

AMRIN ROSADI

NIM. 11601244070

PROGRAM STUDI

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN & REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014

LEMBAR PENGESAHAN

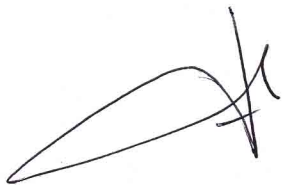
Pengesahan laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Imogiri :

Nama : Amrin Rosadi
NIM : 11601244070
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Imogiri dari tanggal 14 juli 2014 sampai dengan tanggal 17 September 2014. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Imogiri, 17 September 2014

Dosen Pembimbing Lapangan
PPL UNY 2014



Sujarwo, M.Or.

NIP. 19830314 200801 1 012

Guru Pembimbing Lapangan
Mata Pelajaran PJOK
SMA N 1 Imogiri



Suprih Pardiyo, S.Pd

NIP. 19701120 200701 1 013

Mengetahui,

Kepala Sekolah

SMA Negeri 1 Imogiri,



Drs. Samarman

NIP. 19620812 198903 1 014

Koordinator PPL

SMA Negeri 1 Imogiri,



Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd

NIP. 19661017 199103 2 005

KATA PENGANTAR

Segala Puji hanya milik Allah SWT yang telah melimpahkan berkah kekuatan, kesabaran, daya juang dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis telah sampai pada penghujung kegiatan PPL tahun 2014 serta mampu menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan dari tanggal 14 juli 2014 sampai dengan tanggal 17 September 2014. Tak lupa, semoga keselamatan tercurah atas baginda Rasulullah SAW dan semoga kebaikan senantiasa menyertai para umatnya, sampai akhir zaman nanti.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan kegiatan PPL ini tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Segenap pimpinan Universitas Negeri Yogyakarta, Kepala LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta yang telah mengkoordinasikan pihak Sekolah dan Mahasiswa PPL.
4. Bapak Sujarwo, M.Or. selaku Koordinator Dosen Pembimbing Lapangan (DPL).
5. Bapak Drs. Sumarman. selaku Kepala SMA N 1 Imogiri.
6. Ibu_Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd. selaku Koordinator PPL SMA N 1 Imogiri.
7. Bapak Suprih Pardiyo, S.Pd. selaku Guru Pembimbing PPL PJOK di SMA N 1 Imogiri, yang telah memberikan bimbingan dan kepercayaan kepada penulis.
8. Seluruh Guru dan Karyawan di SMA N 1 Imogiri.
9. Ayah, Ibu, Kakak dan adik yang senantiasa mendoakan dan memberikan dorongan kepada penulis.
10. Rekan mahasiswa PPL Pendidikan Olahraga M. Rizqiadi atas motivasi dan kerja samanya selama ini.
11. Trima kasih kepada 4 sahabatku (binta, putri, hasan, rizqiadi) yang telah memberikan semangat solidaritas dan toleransi, semoga persahabatan kita akan selalu terjaga.
12. Teman – teman mahasiswa PPL UNY 2014 yang telah menjadi motivator sekaligus keluarga.
13. Para peserta didik SMA N 1 Imogiri yang telah bekerja sama dengan baik selama kegiatan PPL berlangsung, serta memberikan pengalaman berharga bagi penulis.

14. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PPL, yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Sekali lagi kami haturkan banyak terimakasih kepada segenap jajaran SMA N 1 Imogiri yang selama kegiatan PPL ini telah menerima kami dan memperlakukan kami dengan sangat baik, memperlakukan kami dengan kebaikan yang mungkin tidak akan kami terima jika kami berada ditempat lain. Terima kasih kepada bapak ibu guru yang telah menjadi contoh nyata bagi kami, tentang potret kehidupan sang pemelihara ilmu, tiada yang dapat kami balas atas semua kebaikan melainkan dengan ucapan terima kasih dan doa.

Demikian laporan ini disusun, semoga laporan ini bermanfaat bagi mahasiswa yang akan melakukan kegiatan PPL di SMA N 1 Imogiri dan semua pembaca. Kami menyadari dalam penyusunan laporan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kami menerima kritik dan saran yang membangun demi mencapai tujuan bersama.

Imogiri, 17 September 2014

Penulis

Amri Rosadi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Analisis situasi.....	1
B. Rumusan Program Kegiatan PPL.....	9
BAB II PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN.....	12
A. Persiapan.....	12
B. Pelaksanaan.....	23
C. Analisis Hasil dan Refleksi.....	27
BAB III PENUTUP.....	31
A. Kesimpulan.....	31
B. Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	3
4	
LAMPIRAN.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Format Observasi Pembelajaran
- Lampiran 2 : F01 Matriks Program Kerja PPL UNY
- Lampiran 3 : F02 Laporan Mingguan Pelaksanaan Program PPL UNY
- Lampiran 4 : F03 Laporan Dana Pelaksanaan PPL UNY
- Lampiran 5 : F04 Kartu Bimbingan PPL Prodi PJKR UNY
- Lampiran 6 : RPP PPL Mata Pelajaran PJOK
- Lampiran 7 : Daftar Nilai Pembelajaran PJOK
- Lampiran 8 : Daftar Guru Pembimbing PPL SMP N 2 Klaten
- Lampiran 9 : Jadwal Kegiatan Belajar Mengajar
- Lampiran 10 : Foto Kegiatan PPL UNY

ABSTRAK
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Oleh
Amrin Rosadi
11601244070

Kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu rangkaian kegiatan KKN PPL yang diselenggarakan oleh pihak UNY sebagai langkah dari Universitas untuk mempersiapkan tenaga pendidik yang berkualitas, berkompetensi, berpengalaman, bertanggung jawab dan mandiri. Disamping itu agar mahasiswa semakin mendalami perannya sebagai calon guru. Praktik Pengalaman lapangan (PPL) memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengaplikasikan teori-teori kependidikan yang selama ini dipelajari di kampus untuk diaplikasikan dalam pembelajaran di kelas secara nyata. Selain itu, Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini juga bertujuan untuk melatih mental mahasiswa dalam mengelola kelas, dan dalam pembelajaran agar mahasiswa memiliki bekal dan kesiapan di kemudian hari sebagi seorang pendidik.

Dalam kegiatan PPL di SMA N 1 Imogiri, mahasiswa PPL mendapat kesempatan untuk praktik mengajar kelas XI (MIA 3-IIS 1-4) dan XII mulai dari kelas MIA 1-3 sampai dengan IIS1-4. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan pada tanggal 14 Juli sampai dengan tanggal 17 September 2014 di SMA N 1 Imogiri. Jumlah jam sebanyak 2 jam pelajaran untuk kelas XII dan 3 jam pelajaran untuk kelas XI setiap minggunya. Banyak hal yang didapat dari PPL di SMA N 1 Imogiri, terutama memberikan pengalaman pada mahasiswa dalam bidang manajerial, serta memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk mempelajari, mengenal, dan mencari solusi atas segala permasalahan dalam lembaga pendidikan yang terkait dengan kegiatan manajerial kelembagaan.

Hasil yang diperoleh mahasiswa dari kegiatan PPL ini yaitu mendapatkan pengalaman yang nyata secara langsung di lapangan mengenai perencanaan, penyusunan perangkat, proses pembelajaran, evaluasi pembelajaran, dan pengelolaan kelas. Mahasiswa telah dapat mengaplikasikan dan mengembangkan ilmu serta ketrampilan yang dimiliki sesuai dengan program studi masing-masing khususnya dalam hal ini dalam bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Kata kunci : Praktik Pengalaman Lapangan



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

**BAB I
PENDAHULUAN**

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan suatu rangkaian program dari Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. Kegiatan ini merupakan kegiatan intrakurikuler bagi mahasiswa yang mencakup tugas / keguruan yang dilaksanakan diluar kelas maupun berada di dalam lingkungan sekolah. Dengan kegiatan ini, mahasiswa diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan, dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Tujuan dilaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) agar mahasiswa mampu menetapkan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki dalam suatu proses pembelajaran sesuai bidang studinya masing-masing. Sehingga mahasiswa memiliki pengalaman faktual yang dapat digunakan sebagai dasar pengembang diri calon tenaga kependidikan yang sadar akan tugas dan tanggung jawabnya.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa sebagai wahana pembentukan tenaga kependidikan profesional yang siap memasuki dunia pendidikan, mempersiapkan dan menghasilkan calon guru yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan, dan keterampilan profesional, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasai ke dalam praktik keguruan dan kependidikan, memantapkan kemitraan UNY dengan pihak sekolah atau lembaga pendidikan serta mengkaji dan mengembangkan praktik keguruan PPL atau Praktik Pengalaman Lapangan dilaksanakan kurang lebih selama dua setengah bulan di SMA N 1 Imogiri.

Sebelum pelaksanaan PPL mahasiswa melakukan kegiatan pra-PPL yaitu kegiatan sosialisasi awal kepada mahasiswa melalui mata kuliah pengajaran mikro dan kegiatan observasi langsung ke lokasi PPL yaitu SMA N 1 Imogiri. Kegiatan observasi ini dilaksanakan supaya mahasiswa dapat mengamati karakteristik komponen pendidikan, potensi siswa, kondisi fisik sekolah yang mendukung proses pembelajaran, sehingga mahasiswa mendapatkan gambaran secara umum mengenai kondisi dan situasi SMA N 1 Imogiri sebagai tempat mahasiswa praktikan untuk melangsungkan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan.

A. ANALISIS SITUASI

Analisis yang kami lakukan merupakan upaya untuk menggali rumusan masalah dan target yang ingin dicapai sebagai acuan untuk merumuskan program. Dari hasil pengamatan, maka didapatkan berbagai informasi tentang SMA N 1 Imogiri, sehingga



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

dapat dijadikan sebagai dasar acuan atau konsep awal untuk melakukan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan. Berikut hasil pengamatan yang kami lakukan:

1. Gambaran Visi dan Misi Sekolah

SMA Negeri 1 Imogiri terletak di Jalan Imogiri timur KM 14, Wukirsari, Imogiri, Bantul, Yogyakarta. SMA Negeri 1 Imogiri memiliki visi dan misi sebagai berikut :

a. Visi :

“Dengan Intak Unggul Dalam Prestasi Sains, Lingkungan, Teknologi, dan Kemasyarakatan (SALINGTEMAS)”

b. Misi :

- 1) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi pada pengembangan keimanan dan ketakwaan siswa
- 2) Menyelenggarakan pendidikan berbasis sains dan teknologi
- 3) Menyelenggarakan pendidikan yang berkarakter dan menumbuhkan kepekaan sosial dan lingkungan
- 4) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi pengembangan prestasi akademik dan non akademik

2. Letak Geografis

Salah satu lembaga pendidikan sekolah yang berlokasi di Imogiri yaitu SMA Negeri 1 Imogiri beralamatkan di Jalan Imogiri Timur Km. 14 Dusun Manggung, Desa Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Kabupaten Bantul.

3. Kondisi Fisik

a. Nama Instansi

SMA Negeri 1 Imogiri

b. Alamat

SMA Negeri 1 Imogiri merupakan lembaga pendidikan sekolah menengah Atas yang beralamatkan di Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Desa Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Kabupaten Bantul.

c. Luas Bangunan

Gedung SMA Negeri 1 Imogiri berdiri diatas tanah seluasm² .

d. Fasilitas, KBM, Media

Gedung SMA N 1 Imogiri terdiri dari 18 ruang kelas. Masing-masing kelas telah memiliki fasilitas yang menunjang proses pembelajaran meliputi: papan tulis, meja, kursi, speaker, jam dinding, bendera, foto presiden, wakil presiden, yang tertata dengan baik.untuk LCD dan viewer hanya terdapat di dua kelas. Akan tetapi, hal tersebut bukan halangan dan proses KBM-pun sudah berjalan dengan baik.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

e. Ruang Perkantoran

Ruang perkantoran terdiri dari ruang piket yang terletak di sebelah kanan pintu masuk utama, ruang tata usaha terletak di sebelah timur ruang piket, ruang kepala sekolah terletak di sebelah timur ruang tata usaha, ruang guru terletak di sebelah timur ruang kepala sekolah, sedangkan ruang BK terletak di sebelah ruang osis.

f. Laboratorium

Laboratorium di SMA Negeri 1 Imogiri ini terdiri dari 3 macam laboratorium yaitu laboratorium IPA, IPS, dan komputer. Laboratorium IPA terdiri dari 3 buah laboratorium yaitu Biologi, Fisika, dan Kimia. Laboratorium Kimia dan Biologi terletak disebelah utara yang saat ini dijadikan kelas, sedangkan laboratorium fisika terletak di lantai 2 atas parkir.

g. Fasilitas UKS

UKS (Unit Kesehatan Sekolah) di sekolah ini berada di timur kantin sekolah dan hanya terdapat satu unit. Ruang UKS terdiri dari satu ruang untuk peserta didik laki-laki dan satu ruang untuk peserta didik perempuan. Di mana masing-masing ruangan ini dilengkapi dengan peralatan P3K yang memadai.

h. Mushola

Mushola sekolah terletak di antara kelas XII IPA 3 dan Kantin sekolah yang berfungsi sebagai tempat ibadah untuk seluruh warga SMA N 1 Imogiri yang beragama Islam serta sebagai tempat melaksanakan kegiatan kerohanian Islam untuk siswa maupun guru. Selain itu, diadakan sholat dzuhur berjamaah untuk siswa dan terdapat presensi untuk yang mengerjakan sholat berjamaah di mushola tersebut. Untuk perlengkapan yang terdapat dalam masjid tersebut sudah dsangat lengkap mulai dari tempat wudhu yang baik, tersedianya mukena dan sajadah serta Al Qur'an dan buku penunjang kerohanian lainnya. Dan secara keseluruhan sangat baik dan sangat nyaman.

i. Koperasi Siswa

Terdapat satu koperasi siswa yang dijaga dan di kelola oleh mantan alumni SMA N 1 Imogiri dan OSIS. Terletak di sebelah barat kelas XI IIS 4 dan masih satu deretan dengan kantin sekolah. Sudah tertata dengan baik dan sangat rapi. Management koperasinya juga sudah berjalan dengan baik dan benar-benar merupakan wadah untuk menyalurkan kegiatan belajar ekonomi bagi siswa yang mau ikut membantu di koperasi tersebut.

j. Kantin Sekolah

Terdapat 4 kantin di SMA Negeri 1 Imogiri dan semuanya merupakan bangunan baru. Satu di selatan mushola dan 3 kantin di sebelah utara mushola. Dan semuanya tertata dengan rapi dan bersih.

k. Perpustakaan

Di SMA 1 Imogiri terdapat 1 perpustakaan. Kondisi dari perpustakaan tersebut lumayan rapi, bagus dan bersih. Akan tetapi butuh penataan ulang dan pemberian label disetiap rak



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

agar dapat dengan mudah menemukan buku yang dicari. Disana terdapat kursi, meja baca, untuk membaca atau berdiskusi.

l. Lapangan

Terdapat dua lapangan yang ada di SMA N 1 Imogiri yaitu lapangan upacara yang juga difungsikan sebagai lapangan takraw dan bulu tangkis. lapangan yang lainnya terdapat di sebelah timur dekat parkir yang difungsikan sebagai lapangan basket, voly, lompat jauh, tenis lapangan, futsal.

m. Green House

Terdapat di pojok sekolah. Green house digunakan untuk pembibitan tanaman dan pemeliharannya

n. Gudang Olahraga

Terletak di utara parkir guru dan karyawan. Digunakan untuk menyimpan dan inventarisasi perlengkapan olahraga. Terdapat bak lompat, bola basket, bola voli, bola sepak, bola futsal, pemukul kasti, matras, kun, bola tenis, lemari yang berisi seragam voli dan rompi, lembing, dan lainnya.

o. Ruang Piket

Ruang piket telah dilengkapi dengan meja dan beberapa kursi, serta buku kehadiran siswa, buku jurnal, buku tamu dan buku-buku administrasi lain.

p. Ruang Kegiatan Peserta Didik

Ruang kegiatan peserta didik terdiri dari :

- 1) Ruang OSIS
- 2) Ruang pramuka
- 3) Ruang seni
- 4) Ruang jahit
- 5) Ruang IT/Komputer
- 6) Ruang Laboratorium IPS

4. Kondisi Non Fisik

Untuk memperlancar jalannya pendidikan guna mencapai tujuan, maka SMA Negeri 1 Imogiri mempunyai struktur organisasi sebagai berikut :

a) Kepala Sekolah

Kepala sekolah SMA Negeri 1 Imogiri dijabat oleh Drs. H. Sumarman. Tugas dari kepala sekolah adalah sebagai edukator, Manajer, Menyelenggarakan administrasi, dan menyelenggarakan supervisi.

b) Wakil Kepala Sekolah

Dalam menjalankan tugasnya Kepala Sekolah dibantu oleh 4 Wakil Kepala Sekolah yaitu:

- Wakasek Urusan Kurikulum yang dijabat oleh Drs. Musdiyanta
- Wakasek Urusan Kesiswaan yang dijabat oleh Drs. Gami Sukrja, M.Pd



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

- Wakasek Urusan Humas yang dijabat oleh Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd
- Wakasek Urusan Sarana dan Prasarana yang dijabat oleh Rahmadi, S.Pd
- Wakasek Urusan Penjaminan Mutu yang dijabat oleh Marti, S. Pd

c. Potensi Guru dan Pegawai

Guru-guru SMA Negeri 1 Imogiri memiliki potensi yang baik dan sangat berdedikasi dibudangnya masing-masing. Dari segi kedisiplinan dan kerapihan guru-guru SMA Negeri 1 Imogiri sudah baik. Jumlah Pegawai di SMA Negeri 1 Imogiri cukup memadai dan secara umum memiliki potensi yang cukup baik sesuai dengan bidangnya. SMA Negeri 1 Imogiri mempunyai 52 orang tenaga pendidik yang profesional dalam mendidik peserta didiknya.

d. Potensi Siswa

Potensi dan minat belajar siswa SMA Negeri 1 Imogiri cukup baik. Sebagian siswa memanfaatkan waktu belajar mereka dengan cukup baik, misalnya waktu istirahat digunakan sebagian siswa untuk membaca buku di perpustakaan.

Siswa-siswi SMA Negeri 1 Imogiri memiliki kedisiplinan dan kerapihan yang cukup baik. Walaupun sebagian masih ada yang terlambat dan berpakaian kurang rapi. Kegiatan belajar mengajar yang diselenggarakan di SMA Negeri 1 Imogiri dimulai pukul 07.00 sampai pukul 14.00 WIB. Sedangkan apabila siswa memiliki keperluan keluar sekolah dalam jam belajar siswa diharuskan meminta izin kepada sekolah melalui guru mata pelajaran yang sedang mengajar dan guru piket. Dan apabila ada siswa yang melanggar peraturan dan tata tertib sekolah maka akan dicatat pada buku pelanggaran siswa dan akan diberi poin sesuai dengan pelanggaran yang di lakukan.

Selain itu juga siswa memilih berbagai kegiatan ekstrakurikuler dimana kegiatan tersebut memiliki nilai guna untuk menunjang hasil belajar peserta didik di luar jam sekolah. Adapun kegiatan-kegiatan tersebut diantaranya:

- 1) OSIS
- 2) Pramuka
- 3) Rohis
- 4) PPI
- 5) KIR
- 6) KSS
- 7) Futsal
- 8) Karawitan
- 9) Batik
- 10) Jahit
- 11) Computer
- 12) Silat
- 13) Voli



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

- 14) Bulu tangkis
- 15) Basket
- 16) Sepak bola

Selain itu dengan jumlah 566 siswa dengan rincian kelas X sejumlah 192 siswa, kelas XI sejumlah 78 untuk jurusan IPA, 111 untuk jurusan IPS dan kelas XII sejumlah 77 untuk jurusan IPA dan 108 untuk IPS, dengan seperti itu sekolah sangat mengharapkan prestasi yang maksimal baik prestasi di bidang akademik maupun non-akademik.

e. Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling diadakan di sekolah dalam bidang kesiswaan dan urusan sekolah. Guru yang bertugas di bagian Bimbingan Konseling ada 4 Guru yaitu

- Drs. Sumarman
- Drs. Suharna
- Lilik Sudarmanta, S. Pd.
- Sadbudi Sarbiyanto, S. Pd.

5. Observasi PPL

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL di suatu sekolah/lembaga, persiapan lain yang dilakukan adalah melakukan kegiatan observasi langsung pada kondisi kelas di lembaga/sekolah dimana mahasiswa akan mengajar. Kegiatan observasi ini bertujuan agar mahasiswa dapat:

- 1) Mengetahui dan memperoleh gambaran nyata tentang pelaksanaan pembelajaran di sekolah dan kondisi sekolah
- 2) Mengetahui pelaksanaan pembelajaran pada saat kuliah pengajaran mikro di kampus dengan yang dilakukan di sekolah/lembaga
- 3) Mendata keadaan fisik sekolah/lembaga untuk mendapatkan wawasan tentang berbagai kegiatan yang terkait dengan proses pembelajaran.

Jika hasil observasi pembelajaran didiskusikan bersama dosen pembimbing pengajaran mikro, sedangkan hasil observasi kondisi sekolah didiskusikan bersama Dosen pembimbing Lapangan (DPL).

Selain hal di atas observasi juga bertujuan agar mahasiswa memiliki pengetahuan serta pengalaman pendahuluan sebelum melaksanakan tugas mengajar yaitu kompetensi-kompetensi profesional yang dicontohkan oleh guru pembimbing di luar kelas agar mahasiswa mengetahui lebih jauh administrasi yang dibutuhkan oleh seorang guru untuk kelancaran mengajar (presensi, daftar nilai, penugasan, ulangan, dan lain-lainnya). Dalam hal ini mahasiswa harus dapat memahami beberapa hal mengenai kegiatan pembelajaran di kelas seperti:



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

1. Cara membuka pelajaran.
2. Memberi apersepsi dalam mengajar.
3. Penyajian materi.
4. Teknik bertanya.
5. Bahasa yang digunakan dalam KBM.
6. Memotivasi dan mengaktifkan peserta didik.
7. Memberikan umpan balik terhadap peserta didik.
8. Penggunaan media dan metode pembelajaran.
9. Penggunaan alokasi waktu.
10. Pemberian tugas dan cara menutup pelajaran.

Observasi pembelajaran dilakukan secara individu sesuai dengan program studi masing-masing mahasiswa PPL dengan mengikuti guru pembimbing pada saat mengajar di kelas. Mahasiswa melakukan observasi pada Tanggal 26 Februari- 1 Maret 2014 dan kelas yang diobservasi adalah kelas X

Observasi pembelajaran di luar kelas dilakukan dengan melakukan pengamatan terhadap beberapa aspek, yaitu:

- 1) Perangkat pembelajaran, meliputi Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), program tahunan dan program semester.
- 2) Penyajian materi meliputi cara, metode, teknik dan media yang digunakan dalam penyajian materi.
- 3) Teknik evaluasi.
- 4) Langkah penutup, meliputi bagaimana cara menutup pelajaran dan memotivasi peserta didik agar lebih giat belajar.
- 5) Alat dan media pembelajaran.
- 6) Aktivitas peserta didik di dalam dan di luar kelas.
- 7) Sarana pembelajaran di kelas atau di luar kelas. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan agar mahasiswa mengenal dan memperoleh gambaran tentang pelaksanaan proses pembelajaran.
- 8) Observasi tentang dinamika kehidupan sekolah untuk dapat berkomunikasi dan beradaptasi secara lancar dan harmonis.

Hasil observasi terhadap pembelajaran dan peserta didik di dalam kelas adalah sebagai berikut:

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum 2013	Ada, sekolah sudah menerapkan Kurikulum 2013 untuk



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



2014

Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		kelas X dan XI. Namun untuk kelas XII masih menggunakan Kurikulum KTSP tahun 2006.
	2. Silabus	Guru Mata Pelajaran PJOK SMA Negeri 1 Imogiri mempunyai silabus yang sesuai dengan KI dan KD. Silabus tersebut juga sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum PJOK yang disusun dalam lembar kerja guru.
	3 Rencana Pembelajaran (RPP).	RPP yang telah dibuat guru mata pelajaran PJOK sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum serta menggunakan metode saintifik yang berada di buku kerja guru yang dibuat setiap semester.
B.	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru memberikan salam, mengabsen peserta didik, menanyakan keadaan peserta didik, mengulang materi sebelumnya serta memberikan apersepsi awal untuk menggali kemampuan peserta didik.
	2. Penyajian materi	Guru menyampaikan materi dengan membawa peserta didik secara langsung dengan bidang kajiannya dengan membawa peserta didik praktikum langsung untuk menemukan konsep yang ingin disampaikan oleh guru. Selain itu guru juga memberikan pertanyaan-pertanyaan yang dapat menggiring peserta didik menemukan konsep-konsep yang ingin disampaikan, dengan memaksimalkan media-media yang mendukung pembelajaran.
	3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran adalah metode saintifik, demonstrasi, dan latihan, sesuai dengan materi yang ingin disampaikan.
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah Bahasa Indonesia dan Jawa supaya pada saat penyampaian lebih memudahkan peserta didik untuk memahaminya.
	5. Penggunaan waktu	Manajemen waktu dalam KBM sudah baik. Sehingga materi yang disampaikan dapat di terima oleh peserta didik dengan baik.
	6. Gerak	Guru sudah mampu menguasai peserta didik, dalam pembelajaran guru berbicara tegas, lugas, dan mudah



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		dipahami peserta didik.
	7. Cara memotivasi peserta didik	Guru melakukan pendekatan dengan setiap peserta didik yang belum memahami dengan materi yang disampaikan kemudian secara perlahan menerangkan bagian yang belum dipahami peserta didik. Selain itu guru biasanya menunjuk peserta didik yang dirasa belum memperhatikan pelajaran untuk mencoba dan melakukan latihan supaya peserta didik mampu fokus kembali terhadap pelajaran.
	8. Teknik bertanya	Peserta didik diminta untuk mengacungkan tangan jika belum ada yang kurang jelas atau dengan pertanyaan-pertanyaan klasikal yang diberikan pada semua peserta didik.
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru menegur peserta didik yang belum bisa tertib selama kegiatan belajar mengajar KBM. Guru juga mampu menguasai semua peserta didik dikelas sehingga pembelajaran sedapat mungkin efektif untuk dilaksanakan.
	10. Penggunaan media	Guru sangat memaksimalkan penggunaan media di dalam pembelajaran. Media yang biasanya dipakai oleh guru adalah gambar, video, peraga, dan Buku dari sekolah, dan Guru juga memaksimalkan adanya peralatan olahraga untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Guru memberikan evaluasi kepada peserta didik menggunakan teknik tanya jawab tentang materi yang sebelumnya sudah disampaikan dan apabila peserta didik yang belum memahami tentang materi yang di jelaskan maka guru akan memberikan penjelasan dan pemahaman kembali berkaitan dengan materi tersebut.
	12. Menutup pelajaran	Guru menutup pelajaran dengan mengevaluasi pertemuan pada hari itu atau <i>me-review</i> ulang pembelajaran pada hari itu dan memberikan tugas pada peserta didik. Selain itu guru membiasakan membuka pelajaran beserta menutup pelajaran dengan berdoa secara bersama-sama.
C	Perilaku peserta didik	
	1. Perilaku peserta didik di dalam kelas	<ul style="list-style-type: none">• Dalam pembelajaran, masih terdapat beberapa peserta didik laki-laki dan perempuan yang perlu diberikan



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



2014

Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		<p>motivasi supaya semangat untuk mengikuti pelajaran yang dilakukan guru.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dalam keaktifan, peserta didik menanggapi pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh guru, namun demikian masih secara klasikal. Karena peserta didik belum mempunyai rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya sendiri.
	<p>2. Perilaku peserta didik di luar kelas</p>	<p>Peserta didik berlaku sopan santun dengan para guru, setiap bertemu guru maupun mahasiswa KKN PPL peserta didik selalu menyapa, bersalaman dan mencium tangan. Kegiatan ini berkaitan dengan peraturan sekolah yang ingin mengajarkan dan mendidik para peserta didik yang berkarakter dan unggul sesuai dengan visi misi SMA Negeri 1 Imogiri.</p>

B. RUMUSAN PROGRAM KEGIATAN PPL

Setelah mengadakan observasi pra ppl dan mengetahui secara langsung kondisi fisik dan nonfisik sekolah, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa ada beberapa hal yang perlu mendapat perhatian dari tim KKN– PPL yakni sebagai berikut:

1. Bagaimana melakukan pendataan administrasi dengan benar ?
2. Kegiatan apa yang dapat dilakukan dalam pengembangan atau pendampingan kegiatan non fisik?
3. Bagaimana melakukan penyusunan rancangan pembelajaran, satuan pelajaran dan media pembelajaran?
4. Bagaimana menerapkan inovasi pembelajaran?

1. Rancangan Kegiatan PPL

PPL yang dilaksanakan mahasiswa UNY merupakan kegiatan kependidikan yang bersifat intra kulikuler. Namun dalam pelaksanaannya melibatkan banyak unsur yang terkait. Oleh karena itu, agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan, diperlukan adanya persiapan yang matang dari berbagai pihak yang terkait yaitu mahasiswa, dosen pembimbing, sekolah/instansi tempat PPL, guru pembimbing serta komponen yang terkait dengan pelaksanaan PPL.

Kegiatan PPL UNY 2014 dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan KKN yang dimulai dari tanggal 2 Juli sampai 17 September 2014. Akan tetapi, pada praktiknya kegiatan PPL dilaksanakan secara intensif mulai dari tanggal 6 Agustus 2014. Adapun rangkaian kegiatan ini sebenarnya dimulai sejak di kampus dengan mata kuliah Pengajaran Mikro.



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Secara garis besar, rangkaian kegiatan PPL ini meliputi :

1. Tahap Persiapan di Kampus

Mahasiswa yang boleh mengikuti PPL adalah mahasiswa yang dinyatakan lulus dalam mata kuliah Pengajaran Mikro atau Micro Teaching. Pengajaran Mikro atau Micro Teaching merupakan mata kuliah wajib bagi mahasiswa di jurusan kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Mata kuliah ini bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar (real teaching) disekolah dalam program PPL.

2. Penyerahan Mahasiswa untuk Observasi

Penyerahan mahasiswa untuk melakukan observasi di sekolah dilakukan pada tanggal 26 Februari-1 Maret 2014. Kegiatan observasi dimaksudkan untuk mengetahui kondisi fisik dan non fisik dari SMA N 1 Imogiri. Penyerahan ini dihadiri oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL UNY 2014 (Erfan Priyambodo, M. Si), Koordinator KKN – PPL 2014 SMA N 1 Imogiri (Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd) dan 17 mahasiswa KKN – PPL UNY 2014.

3. Pembekalan PPL

Pembekalan dilaksanakan dua kali yaitu pada tanggal 21-23 Mei 2014 dan sifatnya wajib bagi mahasiswa KKN – PPL. Kegiatan pembekalan diadakan dengan maksud memberikan bekal untuk melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah. Pada pembekalan ini juga diberikan materi mengenai petunjuk teknis pelaksanaan PPL dalam kaitannya dengan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di sekolah.

4. Penerimaan Mahasiswa ke SMA Negeri 1 Imogiri

Penerimaan mahasiswa PPL dilaksanakan pada tanggal 26 Februari 2014. Acara ini dihadiri oleh Dosen Pembimbing Lapangan PPL UNY 2014 (Erfan Priyambodo, M. Si.), Koordinator KKN – PPL 2014 SMA N 1 Imogiri (Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd) dan 17 mahasiswa KKN – PPL UNY 2014. Selain itu, pada tanggal tersebut mahasiswa langsung melakukan kegiatan yang sudah terdaftar dalam program kerja PPL.

5. Observasi Lapangan

Observasi Lapangan merupakan kegiatan pengamatan terhadap berbagai karakteristik komponen pendidikan, iklim dan norma yang berlaku di SMA Negeri 1 Imogiri. Pengamatan ini dilakukan dengan cara observasi dan wawancara. Sedangkan waktu yang dibutuhkan untuk melakukan observasi disesuaikan dengan kebutuhan individu dari masing-masing mahasiswa, dan disertai dengan persetujuan pejabat sekolah yang berwenang.

Adapun hal-hal yang menjadi fokus kegiatan observasi adalah sebagai berikut :

a. Perangkat Pembelajaran

b. Proses Pembelajaran

c. Perilaku / Keadaan Siswa

6. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Persiapan Perangkat Pembelajaran



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Dalam observasi ini mahasiswa mengamati proses pembelajaran pada guru pembimbing yang sedang mengajar. Hal ini ditujukan agar mahasiswa mendapat pengalaman dan pengetahuan serta bekal yang cukup mengenai bagaimana cara mengelola kelas yang sebenarnya, sehingga pada saat mengajar, mahasiswa mengetahui sikap apa yang harus diambil.

7. Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan

a. Persiapan Mengajar

Persiapan mengajar tersebut meliputi penyusunan perangkat pembelajaran dengan disertai konsultasi dengan Guru pembimbing mata pelajaran PJOK. Persiapan mengajar tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Sebelum melakukan kegiatan mengajar secara langsung di dalam kelas maupun luar kelas, seorang calon guru harus menyiapkan perangkat pembelajaran untuk digunakan sebagai panduan selama kegiatan mengajar berlangsung. Rencana pelaksanaan pembelajaran adalah rencana kegiatan guru yang berupa skenario pembelajaran tahap demi tahap mengenai aktivitas yang akan dilakukan peserta didik bersama guru terkait materi yang akan dipelajari peserta didik untuk mencapai kompetensi dasar yang telah ditentukan. Bentuk dan komponen RPP yang dibuat sesuai dengan format perangkat pembelajaran yang berlaku di SMA Negeri 1 Imogiri.

Tujuan penyusunan RPP dimaksudkan untuk mempermudah guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Rencana pelaksanaan pembelajaran dapat difungsikan sebagai pengingat bagi guru mengenai hal-hal yang harus dipersiapkan, media yang akan digunakan, strategi pembelajaran yang dipilih, teknik penilaian yang akan dipergunakan, dan hal-hal teknis lainnya terkait kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan.

2) Penguasaan materi

Dalam mengajar, penguasaan materi adalah hal yang paling mempengaruhi dalam keberhasilan penyampaian konsep yang benar kepada peserta didik. Materi yang akan disampaikan pada peserta didik harus sesuai dengan kurikulum yang digunakan dan yang telah disepakati pada saat bimbingan dengan guru pembimbing di sekolah. Selain menggunakan buku paket, buku referensi yang lain juga digunakan agar proses belajar mengajar berjalan lancar, seperti LKS, suplemen materi yang sesuai kurikulum 2013 dan sumber-sumber dari internet. Mahasiswa PPL juga harus dituntut menguasai materi secara matang untuk mendukung efektifitas pembelajaran. Persiapan yang dilakukan adalah



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

menganalisis kedalaman materi yang sesuai dengan tujuan ataupun standar kompetensi yang harus ditempuh peserta didik.

3) Media Pembelajaran

Media pembelajaran merupakan alat bantu yang diperlukan dalam proses pembelajaran agar peserta didik cepat dan mudah memahami materi pembelajaran serta membuat peserta didik lebih tertarik dalam mengikuti pelajaran. Media pembelajaran juga merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran disesuaikan dengan keadaan peserta didik, dan materi yang akan disampaikan.

4) Instrumen

Untuk menilai seberapa jauh kephahaman peserta didik, digunakan instrumen berupa alat ukur (alat evaluasi). Instrumen untuk evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh peserta didik mampu memahami materi yang disampaikan untuk selanjutnya dilakukan tindak lanjut. Instrumen yang digunakan berupa tes tertulis maupun tes keterampilan yang di dalamnya mencakup 3 aspek, yakni psikomotor, afektif, dan kognitif.

b. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Praktik mengajar mulai dilaksanakan pada tanggal 14 Juli s/d 15 September 2014. Mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar di kelas XI MIA 3, IIS 1-4 dan kelas XII

c. Konsultasi dengan Guru Pembimbing

Persiapan mengajar berupa konsultasi dengan guru pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar, mahasiswa mengkonsultasikan terlebih dahulu baik perangkat pembelajaran yang akan digunakan sebagai panduan untuk mengajar. Dalam hal ini, alokasi yang diberikan guru kepada mahasiswa untuk mengajarkan kepada peserta didik perlu dikonsultasikan.

Konsultasi juga dilakukan setiap kegiatan mengajar selesai untuk satu kali pertemuan. Bimbingan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL baik dari segi penampilan, penguasaan kelas, dan penguasaan konsep keilmuan PJOK. Di setiap bimbingan yang diberikan oleh guru pembimbing di sekolah, mahasiswa mendapatkan masukan yang sangat baik untuk kemajuan dan kelancaran dalam mengajar agar lebih baik lagi.

d. Praktik Persekolahan

Selain mengajar di kelas, praktikan juga melakukan praktik di persekolahan berupa administrasi sekolah. Dengan bimbingan dan arahan guru pembimbing, mahasiswa dapat



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA 2014



Alamat : Jalan Imogiri Timur Km. 14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

mengetahui cara melakukan administrasi sekolah seperti program semester dan tahunan. Dengan demikian praktikan mengetahui tugas-tugas administrasi yang harus dilakukan oleh guru. Hal ini memberikan pengalaman berharga bagi praktikan dan dapat digunakan untuk bekal menjadi guru.

8. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggungjawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disahkan sebelum waktu penarikan.

9. Penarikan Mahasiswa PPL

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu SMA N 1 Imogiri, dilaksanakan pada tanggal 16 September 2014, yang menandai bahwa tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL Universitas Negeri Yogyakarta telah berakhir.



BAB II

PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN

A. KEGIATAN PPL

1. Persiapan

Sebelum melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) mahasiswa terlebih dahulu melakukan persiapan-persiapan yang sekiranya dibutuhkan. Persiapan dimaksudkan untuk menunjang kegiatan PPL agar dapat berjalan dengan lancar sesuai yang diinginkan berbagi pihak dalam rangka pembentukan tenaga pendidik yang profesional. Keberhasilan dari kegiatan PPL sangat ditentukan oleh persiapan yang harus dilakukan mahasiswa baik persiapan secara akademis, mental maupun keterampilan dalam mengajar. Adapun persiapan yang harus dilakukan oleh mahasiswa sebelum diterjunkan ke lapangan adalah:

a) Persiapan di Kampus

1) Pengajaran Mikro (*micro teaching*)

Selama dalam kegiatan perkuliahan, mahasiswa dibekali mata kuliah yang merupakan murni praktek mengajar di dalam kelas yakni kegiatan pengajaran mikro. Secara umum, pengajaran mikro bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real teaching*) di sekolah ataupun lembaga pendidikan dalam program PPL. Pemberian bekal kepada mahasiswa PPL adalah berupa latihan mengajar dalam bentuk pengajaran mikro dan pemberian strategi belajar mengajar yang dirasa perlu bagi mahasiswa calon guru yang akan melaksanakan PPL.

Pada dasarnya pengajaran mikro merupakan suatu metode pembelajaran atas dasar performan yang tekniknya dilakukan dengan cara melatih komponen-komponen kompetensi dasar mengajar dalam proses pembelajaran sehingga mahasiswa sebagai calon guru benar-benar mampu menguasai setiap komponen atau beberapa komponen secara terpadu dalam situasi pembelajaran yang disederhanakan.

Pengajaran Mikro merupakan mata kuliah yang harus ditempuh sebelum mahasiswa melaksanakan kegiatan PPL. Mata kuliah Pengajaran Mikro ini bertujuan untuk memberikan bekal kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh seorang pengajar sebelum mahasiswa turun ke lapangan. Mata kuliah Pengajaran Mikro ini ditempuh oleh mahasiswa satu semester pada semester VI sebelum pelaksanaan kegiatan PPL selama kegiatan perkuliahan berlangsung.



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Secara umum, pengajaran mikro bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar (*real teaching*) di sekolah dalam program PPL. Secara khusus, pengajaran mikro bertujuan antara lain:

- a) Memahami dasar-dasar pengajaran mikro
- b) Melatih mahasiswa menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- c) Membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar terbatas
- d) Membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar terpadu dan utuh
- e) Membentuk kompetensi kepribadian
- f) Membentuk kompetensi sosial
- g) Pengajaran mikro diharapkan dapat bermanfaat, antara lain:
- h) Mahasiswa menjadi peka terhadap fenomena yang terjadi di dalam proses pembelajaran
- i) Mahasiswa menjadi lebih siap untuk melakukan kegiatan praktik pembelajaran di sekolah.
- j) Mahasiswa dapat melakukan refleksi diri atas kompetensinya dalam mengajar
- k) Mahasiswa menjadi lebih tahu tentang profil guru atau tenaga kependidikan sehingga dapat berpenampilan sebagaimana guru atau tenaga kependidikan, dan masih banyak manfaat lainnya

Pengajaran Mikro dilaksanakan di program studi (prodi) masing-masing fakultas oleh dosen pembimbing pengajaran mikro dan dikoordinasikan oleh seorang koordinator pengajaran mikro tingkat prodi maupun fakultas. Dalam pengajaran mikro ini mahasiswa dibagi dalam beberapa kelompok yang masing-masing terdiri dari 10 mahasiswa dengan satu dosen pembimbing dari bidang keilmuan yang ditekuni masing-masing mahasiswa. Pengajaran mikro merupakan pelatihan tahap awal dalam pembentukan kompetensi mengajar dalam upaya aktualisasi kompetensi dasar mengajar.

Praktek yang dilakukan dalam mikro dilakukan dalam skala kecil, yaitu dilakukan dengan jalan menyederhanakan komponen-komponen dalam ruang lingkup pembelajaran yang ada, sehingga calon guru dapat menguasai satu per satu ketrampilan mengajar dalam situasi mengajar yang disederhanakan itu. Pengajaran mikro juga dapat diartikan sebagai cara untuk belajar mengajar, karena dalam pengajaran mikro ini calon guru dilatih untuk dapat melaksanakan pengajaran.

Pengajaran mikro dilakukan bersama teman sejawat, dimana salah satu menjadi guru dan yang lainnya menjadi peserta didik. Pengajaran mikro adalah pengajaran yang sebenarnya. Calon guru harus membuat persiapan pembelajaran, rencana pembelajaran, melaksanakan pembelajaran sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat, mengelola kelas dan menyiapkan perangkat pembelajaran lainnya yang



dapat mendukung kegiatan belajar mengajar. Pengajaran mikro pada hakekatnya juga merupakan belajar yang sebenarnya, dimana calon guru akan belajar bagaimana melakukan pembelajaran. Sedangkan teman yang jadi peserta didik akan dapat merasakan bagaimana proses mengajar yang dilakukan oleh temannya dan dapat mengoreksinya.

Bimbingan pengajaran mikro dilakukan secara bertahap dan terpadu. Secara bertahap artinya pertama-tama memberi latihan keterampilan secara terbatas yaitu hanya latihan satu atau dua keterampilan dasar mengajar. Bimbingan mikro secara terpadu yaitu perpaduan dari segenap keterampilan dasar mengajar, yaitu sejak keterampilan menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran (membuka pelajaran, menyampaikan kegiatan inti), sampai menutup pelajaran, termasuk evaluasi.

Fungsi dosen pembimbing di sini adalah sebagai penilai sekaligus memberikan kritik dan saran kepada mahasiswa berkaitan dengan simulasi pengajaran kelas yang ditampilkan mahasiswa tersebut. Hal ini bertujuan untuk dijadikan bahan evaluasi baik oleh mahasiswa yang bersangkutan maupun rekan mahasiswa yang lain. Harapannya dari evaluasi ini dapat dijadikan bahan serta wacana dalam meningkatkan mutu mengajar mahasiswa.

Praktik mengajar mikro dilakukan sampai mahasiswa yang bersangkutan menguasai kompetensi secara memadai sebagai prasyarat untuk mengikuti PPL di sekolah. Pelaksanaan kuliah pengajaran mikro ini secara keseluruhan dapat berjalan dengan lancar hingga akhir semester VI.

2) Pembekalan PPL

Sebelum pelaksanaan PPL, mahasiswa memperoleh pembekalan yang dilaksanakan di kampus UNY. Tujuan dilakukannya pembekalan antara lain agar mahasiswa menguasai kompetensi sebagai berikut:

- 1) Memahami dan menghayati konsep dasar, arti, tujuan, pendekatan, program, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi PPL.
- 2) Memiliki bekal pengetahuan tata krama keidupan di sekolah/lembaga/klub.
- 3) Memiliki wawasan tentang pengelolaan dan pengembangan lembaga pendidikan
- 4) Memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan praktis agar dapat melaksanakan program dan tugas-tugasnya di sekolah
- 5) Memiliki pengetahuan untuk dapat bersikap dan bekerja dalam kelompok secara interdisipliner dan lintas sektoral dalam rangka penyelesaian tugas di sekolah/lembaga



Pembekalan PPL ini dilaksanakan sebelum mahasiswa terjun ke sekolah untuk melaksanakan kegiatan PPL dan wajib diikuti oleh semua mahasiswa yang akan melaksanakan PPL. Pembekalan PPL dilaksanakan di masing-masing fakultas dengan dipandu oleh koordinator PPL di setiap program studi.

Materi pembekalan meliputi pengembangan wawasan mahasiswa, pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru bidang pendidikan dan materi yang terkait dengan teknis PPL.

3) Observasi Pembelajaran di Kelas

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL di suatu sekolah/lembaga, persiapan lain yang dilakukan adalah melakukan kegiatan observasi langsung pada kondisi kelas di lembaga/sekolah dimana mahasiswa akan mengajar. Kegiatan observasi ini bertujuan agar mahasiswa dapat:

- a. Mengetahui dan memperoleh gambaran nyata tentang pelaksanaan pembelajaran di sekolah dan kondisi sekolah
- b. Menyedepankan pelaksanaan pembelajaran pada saat kuliah pengajaran mikro di kampus dengan yang dilakukan di sekolah/lembaga
- c. Mendata keadaan fisik sekolah/lembaga untuk mendapatkan wawasan tentang berbagai kegiatan yang terkait dengan proses pembelajaran.

Jika hasil observasi pembelajaran didiskusikan bersama dosen pembimbing pengajaran mikro, sedangkan hasil observasi kondisi sekolah didiskusikan bersama dosen pembimbing lapangan (DPL).

Selain hal di atas observasi juga bertujuan agar mahasiswa memiliki pengetahuan serta pengalaman pendahuluan sebelum melaksanakan tugas mengajar yaitu kompetensi-kompetensi profesional yang dicontohkan oleh guru pembimbing di luar kelas agar mahasiswa mengetahui lebih jauh administrasi yang dibutuhkan oleh seorang guru untuk kelancaran mengajar (presensi, daftar nilai, penugasan, ulangan, dan lain-lainnya). Dalam hal ini mahasiswa harus dapat memahami beberapa hal mengenai kegiatan pembelajaran di kelas seperti:

1. Cara membuka pelajaran.
2. Memberi apersepsi dalam mengajar.
3. Penyajian materi.
4. Teknik bertanya.
5. Bahasa yang digunakan dalam KBM.
6. Memotivasi dan mengaktifkan peserta didik.
7. Memberikan umpan balik terhadap peserta didik.
8. Penggunaan media dan metode pembelajar.
9. Penggunaan alokasi waktu.



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

10. Pemberian tugas dan cara menutup pelajaran.

Observasi pembelajaran dilakukan secara individu sesuai dengan program studi masing-masing mahasiswa PPL dengan mengikuti guru pembimbing pada saat mengajar di kelas. Mahasiswa melakukan observasi pada hari Rabu tanggal 6 Agustus dan kelas yang diobservasi adalah kelas 12 IPA 3 dan 11 IIS 3

Observasi pembelajaran di luar kelas dilakukan dengan melakukan pengamatan terhadap beberapa aspek, yaitu:

1. Perangkat pembelajaran, meliputi Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), Program Tahunan dan Program Semester.
2. Penyajian materi meliputi cara, metode, teknik dan media yang digunakan dalam penyajian materi.
3. Teknik evaluasi.
4. Langkah penutup, meliputi bagaimana cara menutup pelajaran dan memotivasi peserta didik agar lebih giat belajar.
5. Alat dan media pembelajaran.
6. Aktivitas peserta didik di dalam dan di luar kelas.
7. Sarana pembelajaran di kelas atau di luar kelas. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan agar mahasiswa mengenal dan memperoleh gambaran tentang pelaksanaan proses pembelajaran.
8. Observasi tentang dinamika kehidupan sekolah untuk dapat berkomunikasi dan beradaptasi secara lancar dan harmonis.

Hasil observasi terhadap pembelajaran dan peserta didik di dalam kelas adalah sebagai berikut:

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum 2013	Ada, sekolah sudah menerapkan Kurikulum 2013 untuk kelas X dan kelas XI. Namun untuk kelas XII masih menggunakan Kurikulum KTSP tahun 2006.
	2. Silabus	Guru Mata Pelajaran PJOK SMA Negeri 1 Imogiri mempunyai silabus yang sesuai dengan KI dan KD. Silabus tersebut juga sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum PJOK yang disusun



		dalam lembar kerja guru.
	3 Rencana Pembelajaran (RPP).	RPP yang telah dibuat guru mata pelajaran PJOK sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum serta menggunakan metode Saintifik yang berada di buku kerja guru yang dibuat setiap semester.
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru memberikan salam, mengabsen peserta didik, menanyakan keadaan peserta didik, mengulang materi sebelumnya serta memberikan apersepsi awal untuk menggali kemampuan peserta didik.
	2. Penyajian materi	Guru menyampaikan materi dengan membawa peserta didik secara langsung dengan bidang kajiannya dengan membawa peserta didik praktikum langsung untuk menemukan konsep yang ingin disampaikan oleh guru. Selain itu guru juga memberikan pertanyaan-pertanyaan yang dapat menggiring peserta didik menemukan konsep-konsep yang ingin disampaikan, dengan memaksimalkan media-media yang mendukung pembelajaran.
	3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran adalah metode saintifik, demonstrasi, dan latihan, sesuai dengan materi yang ingin disampaikan.
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah Bahasa Indonesia dan Jawa supaya pada saat penyampaian lebih memudahkan peserta didik untuk memahaminya.
	5. Penggunaan waktu	Managemen waktu dalam KBM sudah baik. Sehingga materi yang disampaikan



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		dapat di terima oleh peserta didik dengan baik.
	6. Gerak	Guru sudah mampu menguasai peserta didik, dalam pembelajaran guru berbicara tegas, lugas, dan mudah dipahami peserta didik.
	7. Cara memotivasi peserta didik	Guru melakukan pendekatan dengan setiap peserta didik yang belum memahami dengan materi yang disampaikan kemudian secara perlahan menerangkan bagian yang belum dipahami peserta didik. Selain itu Guru biasanya menunjuk peserta didik yang dirasa belum memperhatikan pelajaran untuk mencoba dan melakukan latihan supaya peserta didik mampu fokus kembali terhadap pelajaran.
	8. Teknik bertanya	Peserta didik diminta untuk mengacungkan tangan jika belum ada yang kurang jelas atau dengan pertanyaan-pertanyaan klasikal yang diberikan pada semua peserta didik.
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru menegur peserta didik yang belum bisa tertib selama kegiatan belajar mengajar KBM. Guru juga mampu menguasai semua peserta didik dikelas sehingga pembelajaran sedapat mungkin efektif untuk dilaksanakan.
	10. Penggunaan media	Guru sangat memaksimalkan penggunaan media di dalam pembelajaran. Media yang biasanya dipakai oleh guru adalah gambar, peraga, dan Buku dari sekolah, dan Guru juga memaksimalkan adanya peralatan olahraga untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Guru memberikan evaluasi kepada peserta didik menggunakan teknik tanya



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		<p>jawab tentang materi yang sebelumnya sudah disampaikan dan apabila peserta didik yang belum memahami tentang materi yang di jelaskan maka guru akan memberikan penjelasan dan pemahaman kembali berkaitan dengan materi tersebut.</p>
	12. Menutup pelajaran	<p>Guru menutup pelajaran dengan mengevaluasi pertemuan pada hari itu atau mereview ulang pembelajaran pada hari itu dan memberikan tugas pada peserta didik. Selain itu guru membiasakan membuka pelajaran beserta menutup pelajaran dengan berdoa secara bersama-sama.</p>
C	Perilaku peserta didik	
	1. Perilaku peserta didik di dalam kelas	<ul style="list-style-type: none">• Dalam pembelajaran, masih terdapat beberapa peserta didik laki-laki dan perempuan yang perlu diberikan motivasi supaya semangat untuk mengikuti pelajaran yang dilakukan guru.• Dalam keaktifan, peserta didik menanggapi pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh guru, namun demikian masih secara klasikal. Karena peserta didik belum mempunyai rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya sendiri.• Setiap pagi sebelum mengawali kegiatan pembelajaran peserta didik menyanyikan lagu kebangsaan “Indonesia Raya” dengan tujuan mendidik dan meningkatkan rasa nasionalisme yang ada dalam diri peserta didik.• Setelah menyanyikan lagu kebangsaan, peserta didik yang beragama Islam



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

		membaca ayat-ayat suci Al-Quran.
	2. Perilaku peserta didik di luar kelas	Peserta didik berlaku sopan santun dengan para guru, setiap bertemu guru maupun mahasiswa KKN peserta didik selalu menyapa, bersalaman dan mencium tangan. Kegiatan ini berkaitan dengan peraturan sekolah yang ingin mengajarkan dan mendidik para peserta didik yang berkarakter dan unggul sesuai dengan visi misi SMA N 1 Imogiri.

4) Penerjunan

Penerjunan PPL 17 mahasiswa PPL dilaksanakan pada tanggal 28 Februari 2014 pukul 08.00 WIB di SMA Negeri 1 Imogiri dengan dihadiri koordinator KKN PPL SMA Negeri 1 Imogiri ibu Dra. Th. Nanik Sulistyani, M. Pd

Persiapan Mengajar

Tahap berikutnya dalam serangkaian persiapan PPL adalah melakukan persiapan mengajar. Persiapan mengajar dilakukan sebelum melakukan praktik mengajar secara langsung. Melalui persiapan yang matang, mahasiswa PPL diharapkan dapat memenuhi target yang ingin dicapai.

Persiapan mengajar tersebut meliputi penyusunan perangkat pembelajaran dengan disertai konsultasi dengan guru pembimbing mata pelajaran PJOK. Persiapan mengajar tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1) Konsultasi dengan guru pembimbing

Persiapan mengajar berupa konsultasi dengan Guru Pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar, mahasiswa mengkonsultasikan terlebih dahulu baik perangkat pembelajaran yang akan digunakan sebagai panduan untuk mengajar. Dalam hal ini, alokasi yang diberikan guru kepada mahasiswa untuk mengajarkan kepada peserta didik perlu dikonsultasikan.

Konsultasi juga dilakukan setiap kegiatan mengajar selesai untuk satu kali pertemuan. Bimbingan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL baik dari segi penampilan, penguasaan kelas, dan penguasaan konsep keilmuan PJOK. Di setiap bimbingan yang diberikan oleh guru pembimbing di sekolah, mahasiswa mendapatkan masukan yang sangat baik untuk kemajuan dan kelancaran dalam mengajar agar lebih baik lagi.



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Sebelum melakukan kegiatan mengajar secara langsung di dalam kelas, seorang calon guru diharuskan menyiapkan perangkat pembelajaran untuk digunakan sebagai panduan selama kegiatan mengajar berlangsung. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran adalah rencana kegiatan guru yang berupa skenario pembelajaran tahap demi tahap mengenai aktivitas yang akan dilakukan peserta didik bersama guru terkait materi yang akan dipelajari peserta didik untuk mencapai kompetensi dasar yang telah ditentukan. Bentuk dan komponen RPP yang dibuat sesuai dengan format perangkat pembelajaran yang berlaku di SMA N 1 Imogiri

Tujuan penyusunan RPP dimaksudkan untuk mempermudah guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dapat difungsikan sebagai pengingat bagi guru mengenai hal-hal yang harus dipersiapkan, media yang akan digunakan, strategi pembelajaran yang dipilih, teknik penilaian yang akan dipergunakan, dan hal-hal teknis lainnya terkait kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan.

3) Penguasaan materi

Dalam mengajar, penguasaan materi adalah hal yang paling mempengaruhi dalam keberhasilan penyampaian konsep yang benar kepada peserta didik. Materi yang akan disampaikan pada peserta didik harus sesuai dengan kurikulum yang digunakan dan yang telah disepakati pada saat bimbingan dengan guru pembimbing di sekolah. Selain menggunakan buku paket, buku referensi yang lain juga digunakan agar proses belajar mengajar berjalan lancar, seperti LKS, suplemen yang sesuai dengan kurikulum 2013 dan sumber-sumber dari internet. Mahasiswa PPL juga harus dituntut menguasai materi secara matang untuk mendukung efektifitas pembelajaran. Persiapan yang dilakukan adalah menganalisis kedalaman materi yang sesuai dengan tujuan ataupun standar kompetensi yang harus ditempuh peserta didik.

4) Media Pembelajaran

Media pembelajaran merupakan alat bantu yang diperlukan dalam proses pembelajaran agar peserta didik cepat dan mudah memahami materi pembelajaran serta membuat peserta didik lebih tertarik dalam mengikuti pelajaran. Media pembelajaran juga merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran disesuaikan dengan keadaan peserta didik, dan materi yang akan disampaikan.

5) Instrumen



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Untuk menilai seberapa jauh kepehaman peserta didik, digunakan instrumen berupa alat ukur (alat evaluasi). Instrumen untuk evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh peserta didik mampu memahami materi yang disampaikan untuk selanjutnya dilakukan tindak lanjut. Instrumen yang digunakan berupa tes tertulis maupun tes keterampilan yang di dalamnya mencakup 3 aspek, yakni psikomotor, afektif, dan kognitif.

b) Pembimbingan PPL

Pembimbingan selama pelaksanaan PPL berlangsung dilakukan di sekolah tempat pelaksanaan PPL. Pembimbingan PPL ini dilakukan oleh dosen pembimbing PPL dan guru pembimbing lapangan mata pelajaran PJOK kepada mahasiswa praktikan. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu permasalahan yang dihadapi praktikan selama PPL kemudian didiskusikan untuk mendapatkan solusi yang tepat dalam mengatasi masalah yang muncul di dalam kelas selama kegiatan PPL berlangsung.

2. Pelaksanaan

Praktek Pengalaman Lapangan yang dilakukan yaitu dimulai pada tanggal 14 juli 2014 sampai dengan tanggal 17 September 2014. Serangkaian pelaksanaan praktek pengalaman lapangan yang telah dilakukan mulai dari bimbingan dengan guru pembimbing yang merupakan guru bidang studi PJOK di SMA N 1 Imogiri, dosen pembimbing PPL yang merupakan dosen pengampu mata kuliah praktek pengajaran mikro. Diskusi juga dilakukan dengan teman sejawat untuk menjalin kerjasama, menggali dan mengembangkan potensi khayalak sasaran untuk mengatasi permasalahan.

Berdasarkan konsultasi awal dengan guru pengampu mata pelajaran PJOK, mahasiswa diberikan kesempatan untuk praktik mengajar dua tingkat kelas yakni di kelas XI dan XII . Untuk alokasi waktu yang diberikan perminggu adalah 3 jam untuk kelas XI, dan 2 jam untuk kelas XII.

Praktikan diwajibkan mengajar minimal delapan kali tatap muka yang terbagi menjadi latihan mengajar terbimbing dan mandiri. Latihan mengajar terbimbing adalah latihan mengajar yang dilakukan pratikan dibawah bimbingan guru pembimbing, sedangkan latihan mengajar mandiri yaitu yang dilakukan di lapangan sebagaimana layaknya seorang guru bidang studi PJOK mengajar di luar kelas.

Kegiatan PPL ini dilaksanakan berdasarkan jadwal pelajaran yang telah ditetapkan oleh SMA N 1 Imogiri. Berdasarkan jadwal tersebut, maka praktikan mendapat jadwal mengajar sebagai berikut:



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Praktikan mulai melaksanakan kegiatan praktik mengajar di SMA Negeri 1 Imogiri setelah libur hari raya idul fitri. Pelaksanaan kegiatan praktek mengajar yang dilakukan dapat dijabarkan dalam agenda sebagai berikut:

No	Hari	Waktu	Kelas
1.	SENIN	07.45 -09.15	12 IPA 3
		09.15 - 11.40	11 IIS 3
2.	SELASA	07.00 - 08.30	11 IIS 4
		08.30 – 10.00	12 IPS 1
3.	RABU	07.00 – 08.30	11 IIS 2
		08.30 – 10.00	12 IPS 2
4.	KAMIS	07.00 – 09.15	11 IIS 1
		09.15 – 11.40	11 MIA 3
		12.00-12.45	(TEORI) 11 IIS 2
		13.30-14.15	(TEORI) 11 IIS 4
5.	JUM'AT	07.00 - 08.30	12 IPS 3
		08.30 – 10.00	12 IPS 4
7.	SABTU	07.00 - 08.30	12 IPA 1
		08.30 – 10.00	12 IPA 2

Sebelum mengajar praktikan diharuskan menyusun dan mempersiapkan perangkat pembelajaran dan alat evaluasi belajar sebagai panduan dalam mengajar sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar sehingga peserta didik mampu mencapai kompetensi yang harus dimiliki. Perangkat persiapan pembelajaran yang disiapkan praktikan adalah Rencana Persiapan Pembelajaran (RPP), metode pembelajaran, media pembelajaran serta alat evaluasi atau penilaian. Perangkat pembelajaran yang telah disiapkan praktikan kemudian dikonsultasikan kembali dengan guru pembimbing dan apabila memerlukan perbaikan maka dilakukanlah revisi terlebih dahulu sehingga diperoleh perangkat pembelajaran yang siap dipraktikkan dalam pembelajaran di luar kelas.

Praktek mengajar yang dilakukan adalah praktek mengajar pokok. Praktek mengajar pokok adalah praktik mengajar dimana mahasiswa praktikan mengajar kelas pokok yang telah ditentukan oleh guru pembimbing sebelumnya. Dalam praktek mengajar pokok, praktikan mendapat bimbingan dari guru mata pelajaran PJOK SMA Negeri 1 Imogiri , yaitu bapak Suprih Pardiyo, S.Pd. Bimbingan dilakukan pada pembuatan perangkat pembelajaran yang meliputi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), media pembelajaran, alokasi waktu dan



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

pendampingan pada saat mengajar di dalam kelas. Bimbingan dilaksanakan pada waktu yang telah disepakati dengan guru pembimbing. Sesuai dengan kesepakatan yang telah disetujui yakni setiap selesai mengajar pada akhir jam pelajaran.

Bimbingan yang diberikan guru pembimbing bagi mahasiswa praktikan sangat membangun. Karena sebagai mahasiswa praktikan, tentunya masih banyak kekurangan yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar di kelas. Sebagai guru yang sudah berpengalaman dalam hal mengajar, maka kritikan dan masukan guru dalam membimbing sangat membantu bagi mahasiswa praktikan untuk mengajar dengan lebih baik lagi. Guru pembimbing selalu memberikan masukan-masukan dan evaluasi pada mahasiswa pratikan agar dapat mengetahui kesalahan dan kekurangannya sehingga dengan begitu harapannya mahasiswa pratikan dapat lebih baik dalam megajar baik dari segi persiapan mengajar maupun pada saat kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung.

Selain melakukan bimbingan, guru pembimbing juga melakukan pendampingan di dalam kelas, pada saat mahasiswa sedang melangsungkan praktek mengajar. Dalam melakukan pendampingan di dalam kelas, selain memberikan arahan kepada mahasiswa, guru juga memberikan arahan kepada peserta didik untuk mengikuti pelajaran dengan baik dan menganggap mahasiswa praktikan sama dengan guru yang sebenarnya.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh selama praktik mengajar berlangsung adalah sebagai berikut:

1) Membuka Pelajaran.

Membuka pelajaran dilakukan dengan tujuan mempersiapkan mental peserta didik. Kegiatan dalam membuka pelajaran adalah sebagai berikut:

- a) Membuka pelajaran dengan berdoa bersama-sama dan salam.
- b) Memberikan perhatian pada peserta didik dengan cara bertanya mengenai kondisi mereka, misalnya menanyakan kepada peserta didik bagaimana kabarnya hari itu, dan menanyakan apakah ada yang tidak masuk pada hari itu.
- c) Melakukan apersepsi secara lisan yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan yang sederhana berkaitan dengan materi sebelumnya atau mengenai keterkaitan antara materi yang akan diajarkan dengan kehidupan sehari-hari. Apersepsi dapat juga mengajak peserta didik untuk mengingat materi yang dilakukan pada hari sebelumnya ataupun jika ada, maka dapat juga mengaitkan materi yang akan diajarkan dengn materi yang ada sebelumnya.

2) Penyajian Materi

Dalam menyampaikan materi ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, hal tersebut antara lain:

- a) Penguasaan Materi



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Materi harus dapat dikuasai oleh praktikan agar nantinya dapat menyampaikan materi pelajaran dengan baik kepada peserta didik. Materi yang diajarkan sesuai dengan bidang keilmuan yang ditekuni mahasiswa praktikan pada saat kegiatan perkuliahan secara matang.

b) Penggunaan Metode

Metode dan media yang digunakan dipilih yang menarik, seperti metode saintifik, demonstrasi, dan latihan agar peserta didik lebih memperhatikan dan pembelajaran berlangsung dengan menyenangkan. Penggunaan metode disesuaikan dengan materi yang akan disampaikan dan sesuai dengan keadaan peserta didik yang diajar. Sehingga pada akhirnya materi dapat mudah dipahami oleh semua peserta didik yang mempunyai kemampuan yang heterogen.

Metode yang paling banyak digunakan dalam kegiatan belajar mengajar adalah metode demonstrasi dan latihan. Metode eksperimen digunakan untuk membawa peserta didik secara langsung agar peserta didik mampu memberikan aplikasi secara langsung terhadap objek kajian yang ada di sekitar peserta didik.

c) Penggunaan Media Pembelajaran

Media yang digunakan oleh mahasiswa praktikan dalam mengajar di luar kelas disesuaikan pada jenis materi yang akan disampaikan. Penggunaan berbagai media dalam kegiatan belajar mengajar dilakukan untuk menambah motivasi dan ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pelajaran.

d) Prinsip-prinsip Mengajar

Mahasiswa harus dapat menerapkan prinsip-prinsip mengajar selama kegiatan pembelajaran berlangsung serta harus mampu mengaktifkan peserta didik serta dapat menghubungkan materi dengan peristiwa sehari-hari.

3) Menutup Pelajaran

Kegiatan menutup pelajaran diantaranya adalah sebagai berikut:

- a) Mengadakan evaluasi terhadap materi yang telah diberikan
- b) Membuat kesimpulan terhadap materi yang telah diberikan dengan *me-review* materi yang diajarkan hari itu.
- c) Menutup dengan doa secara bersama-sama dan salam.

3. Analisis Hasil dan refleksi

a. Kegiatan Belajar Mengajar

Jumlah jam Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilakukan mahasiswa praktikan berdasarkan jadwal dan alokasi waktu pelajaran yang telah disepakati di SMA Negeri 1 Imogiri untuk setiap minggunya adalah 2-3 jam setiap pertemuan.



**RAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

Dalam melaksanakan praktik mengajar, praktikan harus merencanakan terlebih dahulu baik sasaran maupun target yang akan dicapai. Kegiatan mengajar yang dilaksanakan memberikan banyak pengalaman bagi praktikan, antara lain adalah :

- i. Praktikan dapat berlatih menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran dan benar-benar mempraktikannya di kelas, sehingga dapat mengukur kesesuaian antara rencana pelaksanaan pembelajaran dengan praktiknya di kelas.
- ii. Praktikan dapat berlatih memilih dan mengembangkan materi, media, dan sumber bahan pelajaran serta metode yang tepat untuk dipakai dalam pembelajaran.
- iii. Praktikan dapat berlatih menyesuaikan materi dengan jam efektif yang tersedia.
- iv. Praktikan dapat berlatih melaksanakan kegiatan belajar mengajar di kelas dan mengelola kelas.
- v. Praktikan dapat berlatih melaksanakan penilaian hasil belajar peserta didik dan mengukur kemampuan peserta didik dalam menerima materi yang telah disampaikan. Oleh karena itu, dapat mengukur juga kemampuan praktikan dalam menyampaikan materi mudah dipahami atau tidak.
- vi. Praktikan dapat mengetahui karakteristik peserta didik yang berbeda-beda, sehingga dapat menerapkan metode-metode yang berbeda-beda dalam pembelajaran. Oleh karena itu, dapat menentukan metode yang paling tepat untuk karakteristik peserta didik yang berbeda-beda.
- vii. Praktikan dapat mengetahui tugas-tugas guru selain mengajar di kelas, sehingga dapat menjadi bekal untuk menjadi seorang guru yang professional saat memasuki dunia kerja.

b. Hambatan dalam Pelaksanaan PPL

Beberapa hambatan yang muncul dan solusi yang dilakukan dalam PPL sebagai berikut:

- 1) Mengatur waktu atau manajemen waktu

Sebelum kita mengajar harusnya akan ada persiapan dari media sampai bahan untuk disampaikan besok saat mengajar, terlalu banyak pemanasan dan diskusi waktu untuk mempelajari teknik dan gamenya hanya sedikit. .



Solusi : mahasiswa harus bawa jam tangan minimal, bisa memilah kapan untuk pemanasan, inti dan evaluasi. Pemanasan tidak usah lama-lama.

2) Perbedaan karakteristik dan kemampuan peserta didik yang heterogen di setiap kelas.

Solusi : praktikan lebih aktif lagi dalam menyampaikan materi dan tidak terlalu cepat, dengan intonasi yang jelas, serta mampu menyederhanakan kata-kata yang digunakan seperti memilih kata yang lebih familiar oleh peserta didik supaya lebih memahami materi yang diajarkan. Penggunaan media sebagai alat bantu dalam memudahkan pemahaman peserta didik juga dapat dilakukan.

3) Ada peserta didik yang terkadang belum memperhatikan materi yang disampaikan.

Solusi: Peserta didik yang belum memperhatikan materi yang diberikan oleh mahasiswa praktikan akan mendapat pertanyaan terkait dengan materi yang telah disampaikan. Praktikan juga menegur peserta didik yang belum memperhatikan pelajaran.

4) Kurangnya pemahaman mahasiswa praktikan tentang karakter masing-masing peserta didik.

Solusi: Diperlukan kepekaan yang tinggi dari mahasiswa praktikan untuk mengerti karakteristik peserta didik secara umum saja.

c. Refleksi

Melalui observasi yang telah dilaksanakan sebelum diterjukan ke lapangan dalam hal ini di SMA N 1 Imogiri, praktikan dapat melaksanakan program PPL yang telah disesuaikan dengan keadaan di sekolah. Program PPL terdiri dari penyusunan perangkat mengajar, praktik mengajar terbimbing, dan evaluasi materi ajar.

Kegiatan PPL tersebut telah disesuaikan dengan kondisi pembelajaran di sekolah dan telah dikonsultasikan kepada guru pembimbing maupun dosen pembimbing. Metode dan media mengajar yang digunakan dipilih sesuai dengan kondisi peserta didik dan fasilitas yang tersedia agar lebih efektif dan efisien. Selain itu, pemilihan metode dan media yang sesuai diharapkan dapat menarik perhatian peserta didik sehingga peserta didik lebih tertarik dan senang mengikuti pelajaran PJOK di sekolah.

Selama kegiatan PPL berlangsung terdapat hal-hal yang bisa mahasiswa praktikan pelajari, hal tersebut antara lain mahasiswa praktikan mendapatkan ilmu pengetahuan dan pengalaman mengajar peserta didik yang selama ini hanya mempelajari secara teori di perkuliahan serta mengaplikasikan penggunaan metode mengajar dan media pembelajaran sesuai kurikulum yang digunakan di SMA N 1 Imogiri.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2014**



Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

**BAB III
PENUTUP**

A. KESIMPULAN

Kegiatan PPL merupakan kegiatan yang wajib dilaksanakan oleh mahasiswa kependidikan sebagai wujud/praktik dan pengabdian terhadap masyarakat sesuai dengan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kegiatan PPL sebagai langkah dari Universitas untuk mempersiapkan tenaga pendidik yang berkualitas, berkompetensi, berpengalaman, bertanggung jawab dan mandiri.

Dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan, diharap para calon pendidik mendapat pengalaman yang berharga dan menjadi tenaga yang menjunjung profesionalisme guru serta mampu bersaing memperjuangkan kemajuan dunia pendidikan.

Dari kegiatan PPL yang dilaksanakan mulai tanggal 14 Juli 2014 sampai 17 September 2014 maka dapat dibuat suatu kesimpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan PPL merupakan wadah bagi mahasiswa untuk mengaplikasikan dan menerapkan ilmu yang telah dikuasai atau yang diperoleh ke dalam praktek keguruan atau praktek kependidikan.
2. Kegiatan PPL merupakan sarana bagi mahasiswa untuk memperkaya diri dengan pengalaman mengajar dengan situasi yang sebenarnya.
3. Kegiatan PPL merupakan sarana untuk menyiapkan dan menghasilkan calon guru atau tenaga kependidikan yang memiliki nilai sikap, pengetahuan dan keterampilan profesional.
4. Dengan diselenggarakannya program PPL, mahasiswa sebagai calon guru tentunya akan lebih menyadari dan memahami tugas dan kewajiban sebagai seorang individu yang berkompeten sehingga akan memiliki semangat dalam membantu mencerdaskan kehidupan bangsa sebagai salah satu peran serta dalam membangun bangsa.

B. SARAN

Pelaksanaan PPL berjalan dengan baik akan tetapi tidak sepenuhnya sempurna. Masih banyak kekurangan-kekurangan yang sangat perlu diperhatikan. Oleh karena itu perlu beberapa masukan yang perlu perhatian dan tindak lanjut, diantaranya :



PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



2014

Alamat : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

a. Bagi Mahasiswa

- 1) Sebaiknya mahasiswa harus mempersiapkan materi atau media pembelajaran jauh hari sebelum PPL dimulai sehingga pada saat praktek mengajar dimulai mahasiswa dengan cepat menerapkan apa yang sudah disiapkan sebelumnya.
- 2) Mahasiswa juga disarankan untuk tidak hanya menguasai materi yang akan diajarkan tapi juga menguasai metode yang sesuai kurikulum dan menarik serta penggunaan media yang bervariasi sehingga siswa tidak bosan.
- 3) Hendaknya mahasiswa selalu menjaga sikap dan tingkah laku selama berada di dalam kelas maupun di dalam lingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.
- 4) Mahasiswa harus lebih mampu memanfaatkan kesempatan untuk mempraktekkan bekal yang telah diperolehnya selama perkuliahan ke dalam proses pembelajaran dan atau program kependidikan lainnya.

b. Bagi Sekolah

- 1) Perlunya peningkatan fasilitas olahraga sebagai penunjang proses pembelajaran agar peserta didik lebih antusias dalam proses pembelajaran.
- 2) Perlunya adanya perhatian khusus dalam bidang olahraga, karena masih banyak cikal bakal atlet di bidang olahraga yang belum tersalurkan bakatnya. Supaya prestasi di bidang non akademik juga menjadi unggulan di SMA N 1 Imogiri.

c. Bagi LPPMP

- 1) Pemberian informasi mengenai sistematika, lampiran yang disertakan dan jumlah laporan PPL diinfokan lebih jelas kembali,
- 2) Pembentukan kelompok harus disesuaikan dengan kebutuhan tempat PPL sehingga kesimpulan dan tugas dapat berjalan dengan baik.
- 3) LPPMP perlu meningkatkan monitoring terhadap mahasiswa agar segala kegiatan yang ditugaskan LPPMP dapat terkontrol dengan baik selain oleh DPL yang bersangkutan.
- 4) Pembagian waktu pelaksanaan PPL dilakukan secara berkala sehingga mahasiswa dapat fokus untuk melakukan kegiatan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Penyusun Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/PPL I. 2014. *Materi Pembekalan Pengajaran Mikro/PPL I*. Yogyakarta : UNY
- Tim Penyusun Panduan Pengajaran Mikro. 2014. *Panduan Pengajaran Mikro*. Yogyakarta : UNY
- Tim Penyusun Panduan PPL UNY. 2014. *Panduan PPL*. Yogyakarta : UNY

LAMPIRAN



FORMAT OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN OBSERVASI PESERTA DIDIK

NPma.1

untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi

PUKUL : 07.00-11.00 WIB

NO. MAHASISWA : 11601244070

TEMPAT PRAKTIK : SMA N 1 Imogiri

TGL. OBSERVASI : 14 juli 2014

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum 2013	Ada, sekolah sudah menerapkan Kurikulum 2013 untuk kelas X dan XI. Namun untuk kelas XII masih menggunakan Kurikulum KTSP tahun 2006.
	2. Silabus	Guru Mata Pelajaran PJOK SMA N 1 Imogiri mempunyai silabus yang sesuai dengan KI dan KD. Silabus tersebut juga sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum PJOK yang disusun dalam lembar kerja guru.
	3 Rencana Pembelajaran (RPP).	RPP yang telah dibuat guru mata pelajaran PJOK sudah menjabarkan tiap KI yang sesuai dengan kurikulum serta menggunakan metode saintifik yang berada di buku kerja guru yang dibuat setiap semester.
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Guru memberikan salam, mengabsen peserta didik, menanyakan keadaan peserta didik, mengulang materi sebelumnya serta memberikan apersepsi awal untuk menggali kemampuan peserta didik.
	2. Penyajian materi	Guru menyampaikan materi dengan membawa peserta didik secara langsung dengan bidang kajiannya dengan membawa peserta didik praktikum langsung untuk menemukan konsep yang ingin disampaikan oleh guru. Selain itu guru juga memberikan pertanyaan-pertanyaan yang dapat menggiring peserta didik menemukan konsep-konsep yang ingin disampaikan, dengan memaksimalkan media-media yang mendukung pembelajaran.
	3. Metode pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran adalah metode saintifik, demonstrasi, dan latihan, sesuai dengan materi yang ingin disampaikan.

4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah Bahasa Indonesia dan Jawa supaya pada saat penyampaian lebih memudahkan peserta didik untuk memahaminya.
5. Penggunaan waktu	Manajemen waktu dalam KBM sudah baik. Sehingga materi yang disampaikan dapat di terima oleh peserta didik dengan baik.
6. Gerak	Guru sudah mampu menguasai peserta didik, dalam pembelajaran guru berbicara tegas, lugas, dan mudah dipahami peserta didik.
7. Cara memotivasi siswa	Guru melakukan pendekatan dengan setiap peserta didik yang belum memahami dengan materi yang disampaikan kemudian secara perlahan menerangkan bagian yang belum dipahami peserta didik. Selain itu guru biasanya menunjuk peserta didik yang dirasa belum memperhatikan pelajaran untuk mencoba dan melakukan latihan supaya peserta didik mampu fokus kembali terhadap pelajaran.
8. Teknik bertanya	Peserta didik diminta untuk mengacungkan tangan jika belum ada yang kurang jelas atau dengan pertanyaan-pertanyaan klasikal yang diberikan pada semua peserta didik.
9. Teknik penguasaan kelas	Guru menegur peserta didik yang belum bisa tertib selama kegiatan belajar mengajar KBM. Guru juga mampu menguasai semua peserta didik dikelas sehingga pembelajaran sedapat mungkin efektif untuk dilaksanakan.
10. Penggunaan media	Guru sangat memaksimalkan penggunaan media di dalam pembelajaran. Media yang biasanya dipakai oleh guru adalah gambar, peraga, video dan Buku dari sekolah, dan Guru juga memaksimalkan adanya peralatan olahraga untuk digunakan dalam kegiatan pembelajaran.
11. Bentuk dan cara evaluasi	Guru memberikan evaluasi kepada peserta didik menggunakan teknik tanya jawab tentang materi yang sebelumnya sudah disampaikan dan apabila peserta didik yang belum memahami tentang materi yang di jelaskan maka guru akan memberikan penjelasan dan pemahaman kembali berkaitan dengan materi tersebut.
12. Menutup pelajaran	Guru menutup pelajaran dengan mengevaluasi pertemuan pada hari itu atau <i>me-review</i> ulang pembelajaran pada hari itu dan memberikan tugas pada peserta didik. Selain itu guru membiasakan membuka pelajaran beserta menutup pelajaran dengan berdoa secara bersama-sama.

C	Perilaku siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	<ul style="list-style-type: none"> • Dalam pembelajaran, masih terdapat beberapa peserta didik laki-laki dan perempuan yang perlu diberikan motivasi supaya semangat untuk mengikuti pelajaran yang dilakukan guru. • Dalam keaktifan, peserta didik menanggapi pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh guru, namun demikian masih secara klasikal. Karena peserta didik belum mempunyai rasa percaya diri untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. • Banyak bakat-bakat yang dimiliki peserta didik yang belum tersalurkan dalam bidang olahraga. • Perlu adanya sosialisasi tentang pendidikan karakter, agar moral peserta didik akan menunjang di bidang akademiknya.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Peserta didik berlaku sopan santun dengan para guru, setiap bertemu guru maupun mahasiswa PPL peserta didik selalu menyapa, bersalaman dan mencium tangan. Kegiatan ini berkaitan dengan peraturan sekolah yang ingin mengajarkan dan mendidik para peserta didik yang berkarakter dan unggul sesuai dengan visi misi SMA N 1 Imogiri.

Imogiri, 14 juli 2014

Guru Pembimbing,

Pengamat,

Suprih Pardiyo, S.Pd.

NIP. 19830620 200902 1 006

Amrin Rosadi

NIM. 11601244126



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2014

F01

Kelompok
Mahasiswa

NOMOR LOKASI : 122
 NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Imogiri
 ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul.
 GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
 NO. MAHASISWA : 11601244070
 FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
 DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or.

PROGRAM PPL PJKR

No	Program/Kegiatan	Jumlah jam per minggu											Jumlah jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	
Program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi													
1	Pengadaan RPP												
	a. Persiapan			1		1	1	1	1	1			6
	b. Pelaksanaan			6		10	4	8	6	6			40
	c. Evaluasi dan tindak lanjut			1		1	1	1	1	1			6
2	Observasi Kelas			3.75									3.75
3	Upacara bendera					0.75		0.75	0.75		0.75	0.75	3.75
4	Konsultasi dengan guru pembimbing		2	2		2	2	2	2	2	2	2	15.5
5	Koordinasi dengan koordinator PPL		1				1	2	1		1		6
6	Konsultasi dengan dosen pembimbing						2		2		2		6
7	Praktik Mengajar												
	a. Persiapan			2			2	2	2	2	2	2	16



Universitas Negeri Yogyakarta

**MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2014**

F01

**Kelompok
Mahasiswa**

	b. Pelaksanaan			6			18	22.5	22.5	19.5	19.5	9.75	117.75
	c. Evaluasi dan tindak lanjut			2			2	2	2	2	2	1	13
8	Piket Sekolah						5	5	5	5	5	5	30
9	Peringatan HUT RI							5					5
10	HAORNAS										9		9
11	Rapat Uji Validasi Kurikulum SMA N 1 Imogiri	4											4
12	MOPD dan PPDB	22											22
13	Pesantren Kilat dan Syawalan				15		5						20
14	Sosialisasi NAPZA dan HIV AIDS							4					4
15	Penyusunan Laporan PPL												
	a. Persiapan										2		2
	b. Pelaksanaan										10		10
	c. Evaluasi dan tindak lanjut										2		2
	JUMLAH JAM PPL												341.75



Universitas Negeri Yogyakarta

**MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2014**

F01

**Kelompok
Mahasiswa**

Mengetahui/Menyetujui,

**Kepala Sekolah
SMA N 1 Imogiri**

**Dosen
Pembimbing Lapangan**

Mahasiswa PPL,

**Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014**

**Sujarwo, M.Or
NIP. 19701120 200701 1 013**

**Amrin Rosadi
NIM. 11601244070**



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

**Untuk
Mahasiswa**

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri,
Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Selasa 1 juli 2014	- Pelepasan mahasiswa KKN-PPL di GOR oleh Rektor UNY - PPDB	- Mahasiswa KKN-PPL di lepas oleh Rektor di GOR UNY dan berpesan kepada semua mahasiswa untuk menjaga nama almamater kampus. - Di sekolah saat PPDB saya membantu calon peserta didik baru untuk mengisi formulir pendaftaran diruangan yang telah disediakan.	- Area parkir di sekitar GOR yang tidak beraturan , yang membuat seluruh mahasiswa sesukanya memakirkan motornya hingga menjadi macet. - Sistem pendaftaran yang membingungkan.	- Disiplin waktu dan area parkir di tambah. - Perlu perbanyak tulisan di dinding agar calon peserta didik mengerti.
2	Rabu 2 juli 2014	- PPDB - Konsultasi dengan koordinator PPL sekolah.	- Di sekolah saat PPDB saya membantu di pendaftaran dengan guru-guru, sekaligus mendokumentasi kegiatan tersebut. - Pembagian ulang dan fiksasi guru pembimbing untuk semua mahasiswa PPL. - konsultasi dengan guru PJOK	- Alur pendaftaran online yang membingungkan.	.Di luar sekolah perlu adanya gambar alur pendaftaran.
3	Kamis 3 juli 2014	- PPDB	- Membantu pengisian formulir di ruangan yang telah disediakan dan memdokumentasi kegiatan.	- .pendampingan dari keluarga atau saudara saat mengisi formulir.	- Saat mengisi formulir perlu adanya pendamping dari keluarga terdekat



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

**Untuk
Mahasiswa**

					calon peserta didik baru
4	Jumat 4 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Pengumuman PPDB- Uji validasi kurikulum 2013 SMA Negeri 1 Imogiri.	<ul style="list-style-type: none">- Membantu menyiapkan proyektor untuk mengumumkan dari hasil seleksi calon peserta didik baru.- Membantu mengumpulkan berkas-berkas PPDB dengan karyawan sekolah.- Untuk kelas X dan XI menggunakan kurikulum 2013, kelas XII menggunakan kurikulum KTSP.	<ul style="list-style-type: none">- Lokasi penempatan proyektor yang kurang efektif.- Berkas-berkas calon peserta didik yang tidak diterima masih kurang tertata.	<ul style="list-style-type: none">- Penempatan proyektor lebih diposisikan diantara kursi tunggu.
5	Sabtu 5 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Pengumpulan berkas-berkas dan pengisian angket peserta didik yang di terima.- Rapat pleno orang tua / wali.	<ul style="list-style-type: none">- Membantu dalam pengumpulan berkas-berkas peserta didik yang telah diterima dan tidak diterima.- Mendampingi pengisian lintas minat dan membantu menyiapkan sarana dan prasarana untuk rapat pleno dengan orang tua peserta didik.	<ul style="list-style-type: none">- Berkas-berkas yang dikumpulkan masih kurang lengkap.- Perlu adanya sosialisasi tentang jurusan yang akan di ambil atau minat yang akan dipilih.- Rungan belum tertata rapi.	<ul style="list-style-type: none">- Perlu adanya info yang jelas dari sekolah.- Adanya sosialisasi tentang jurusan.
6		-	-	-	



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY

Sujarwo, M.Or.
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd.
NIP. 19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 116012441070



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.
NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Pd.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
8	Senin 7 juli 2014	- TES-IQ bagi Peserta didik baru - Konsultasi dengan guru pembimbing PJOK	- Ikut dalam membagikan soal tes IQ. - Mendokumentasi kegiatan tersebut.	- Pembagian kelas masih kurang efektif.	Koordinasi dan komunikasi.
9	Sabtu 12 juli 2014	Konsultasi dengan guru pembimbing PJOK	RPP untuk kelas XI membuat sendiri sesuai dengan kurikulum 2013.		

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd.
NIP.19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari,
Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ P. PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or.

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
10	Senin 14 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Observasi kelas XI IIS 3 dan XII IPA 3- Merencanakan pembelajaran yang akan dilaksanakan dengan berkonsultasi guru pembimbing PJOK.- Konsultasi dengan koordinator PPL	<p>Peserta didik lebih suka dengan metode yang baru dan menarik.</p> <p>Banyak bakat-bakat yang dimiliki yang belum terasah.</p>		
11	Selasa 15 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Praktek mengajar Teori di kelas XI IIS 4 & XII IPS 1 dengan materi NAPZA	<p>Materi dapat dipahami dan di mengerti oleh peserta didik.</p> <p>Antusias siswa apabila metode yang di gunakan itu menarik mereka.</p>		
12	Rabu 16 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Praktek mengajar teori di kelas XI IIS 2 & XII IPS 2 dengan materi NAPZA	<p>Di setiap kelas itu metodenya berbeda dan daya fikirnya peserta didik pun berbeda. Memang benar jadi seorang guru harus mempunyai seni untuk mengajar.</p>		
13	Sabtu 19 juli 2014	<ul style="list-style-type: none">- Praktek mengajar teori di kelas XII IPA 1& 2 dengan materi NAPZA	<p>Apalagi kelas IPA atau IPS itu pun sangat berbeda jauh, mungkin anak IPS lebih frontal dari pada anak IPA.</p> <p>Untuk kelas IPS peserta didik yang putra lebih banyak dari pada yang putri.</p>		



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd.
NIP. 19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
14	Rabu 6 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Syawalan- Praktek mengajar di kelas XI IIS 2 diskusi dan pembagian kelompok dengan model pembelajaran TGFU lewat power point- Praktek mengajar kelas XII IPS 2 sepak bola dilapangan (mengumpan, mengontrol, menendang secara berkelompok) di akhiri dengan bermain.	<ul style="list-style-type: none">- Semua warga sekolah berjabat tangan untuk saling memaafkan.- Dalam 1 kelas akan dibuat 4 kelompok (sepak bola, bola voli, bulutangkis, bola basket) untuk menampilkan hasil diskusi dan diaplikasikan lewat mengajar temannya sendiri dilapangan dengan materi yang telah dipilih sesuai dengan kurikulum 2013.- Untuk kelas XII masih menggunakan KTSP jadi pembelajarannya tidak terlalu rumit untuk diaplikasikan, antusias peserta didik diawal pembelajaran membuat saya lebih mudah menguasai kelas tersebut.	-	-
15	Kamis 7 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Praktek mengajar di kelas XI IIS 1 dengan materi sepak bola (mengontrol, mengumpan, mendribel bola)- Praktek mengajar kelas XI MIA 3 dengan	<ul style="list-style-type: none">- Antusias peserta didik yang membuat pembelajaran menarik, namun gerakannya masih kurang fasih karena mereka kurang olahraga di rumah.		-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<p>materi sepak bola (mengontrol, mengumpan, mendrible bola)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pemaparan power point kelompok 1 dengan materi cabor sepak bola , passing, drible dan shooting (kelas 11 IIS 2) - Sosialisasi pembelajaran dengan model TGFU di kelas 11 IIS 4 dan pembagian kelompok untuk di paparkan seperti materi yang sudah di jelaskan. 	<ul style="list-style-type: none"> - 2 jam untuk praktek 1 jam untuk teori di akhir pembelajaran sekaligus istirahat. - Power pointnya sudah bagus namun penguasaan materi hanya beberapa orang saja. - Peserta didik sangat aktif dalam bertanya. - Dalam 1 kelas dibagi menjadi 4 kelompok diskusi dan praktek mengajar di kelas. Cabor yang dipilih yaitu bola voli, sepak bola, lompat jauh, bulutangkis. 	-	
16	Jumat 8 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Sepak bola (mengumpan, mengontrol, menendang secara berkelompok) di akhiri dengan bermain. Kelas XII IPS 3 & 4 - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan guru nPJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Memang benar anak IPS itu hiper aktif dan harus keras dan tegas dalam pembelajaran dilapangan, mental fisik mereka yang bagus dan nilai-nilai dalam sepak bola bisa kita dapatkan dengan metode tertentu. 	-	-
17	Sabtu 9 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Sepak bola (mengumpan, mengontrol, menendang secara berkelompok) di akhiri dengan bermain. Kelas XII IPA 1 - Sepak bola (mengumpan, mengontrol, menendang secara berkelompok) di akhiri dengan bermain. Kelas XII IPA 1 	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik IPA lebih mudah di kuasai dari pada IPS,mungki salah satu faktorya jumlah peserta didik putra lebih sedikit dari pada yang putri, dan penguasaan kelas lebih mudah. - Peserta didik IPA lebih mudah di kuasai dari pada IPS,mungki salah satu faktorya jumlah 	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

		- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan guru nPJOK	peserta didik putra lebih sedikit dari pada yang putri, dan penguasaan kelas lebih mudah.		
--	--	--	---	--	--

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa PPL

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur, km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI/ JUR : FIK/ PJKR/POR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
18	Selasa 12 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Praktek mengajar di kelas 11 IIS 4 diskusi pembagian kelompok dengan model pembelajaran TGFU lewat power point- Praktek mengajar di kelas 12 IPS 1 dengan materi sepak bola (mengumpan mengontrol menggiring bola dan bermain)- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Dalam 1 kelas di bagi 4 kelompok untuk memaparkan cabor yang di pilih dan diaplikasikan dilapangan dengan model TGFU (yang dapat no. 1 akan maju pertama)- Antusias peserta didik sangat bagus dan semua materi dapat dilaksanakan dengan metode resiprokal.	-	-
19	Rabu 13 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Kelompok 1 dengan materi Sepak bola (dribling, passing dan shoting) (kelas 11 IIS 2)- Bola voli , passing atas dan bawah dilanjutkan game. Kelas 12 IPS 2- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK- Konsultasi dengan koordinator PPL	<ul style="list-style-type: none">- Materi dapat dilaksanakan dengan baik menggunakan media gambar , dokumentasi atau foto dan alokasi waktu efektif dan keterampilan dalam mengajar cukup baik.- Teknik passing dilakukan dengan game agar siswa tidak bosan dengan berkelompok karena jumlah bola yang sedikit.	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

20	Kamis 14 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian sepak bola (dribling, passing dan shoting) kelas 11 IIS 1 - Penilaian sepak bola (dribling, passing dan shoting) kelas 11 MIA 3 - Memaparkan power point kelompok 2 hasil diskusi cabor bola voli (passing atas & bawah dan servis) kelas 11 IIS 2 - Teori di kelas dengan materi cabor sepak bola (passing, dribling, hadding) melalui power point kelas 11 IIS 4 - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Kemampuan peserta didik dalam menendang lebih bagus dari pada menggiring bola. - Kemampuan peserta didik dalam memendrible bola cukup baik namun dalam mengumpan kurang tenang, masih tergesa-gesa. - Penguasaan kelas cukup baik sehingga materi dapat di pahami dan banyak peserta didik yang bertanya. Power point sangat menarik karena ada gambar dan video sebagai alat bantu untuk memahami. - Penguasaan kelas sangat baik, power point sudah seseui dengan materi dan alokasi waktu sangat efektif . 	-	-
21	Jumat 15 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Kebugaraan dan daya tahan tubuh kelas 12 IPS 3 - Kebugaraan dan daya tahan tubuh kelas 12 IPS 4 - Konsultasi dengan koordonator PPL 	<ul style="list-style-type: none"> - Daya tahan peserta didk cukup baik dilihat dari denyut nadi mereka. Masih dibawah batas maksimal. - Akselerasi mereka masih kurang namun daya tahannya baik dan mereka lebih tertarik dengan media gambar sebagai alat bantu untuk melakukan setiap gerakan. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		- Piket			
22	Sabtu 16 agustus 2014	- Lari gawang kelas 12 IPA 1 - Lari gawang kelas 12 IPA 2 - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK - Konsultasi dengan koordinator PPL	- Dengan media sederhana materi dapat dilaksanakan dan setiap peserta didik dapat mengaplikasi gerakannya dengan sempurna. - Proses pengenalan teknik harus berurutan dan menarik sehingga peserta didik dapat melakukannya dan memahaminya dengan mudah. Kelas mudah dikuasai karena pemaparan materinya di bantu dengan media gambar.	-	-

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd.
NIP.19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
23	Senin 18 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Upacara bendera- Bola voli (passing atas dan bawah, servis dan game) kelas 12 IPA 3- Atletik (lari estafet) kelas 11 IIS 3- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Kegiatan berjalan dengan lancar;- Kemampuan peserta didik akan lebih bagus kalau dibuat game pembelajarannya dan teknik yang kita aplikasikan dapat dipahami dan dilaksanakan tanpa sepengetahuan mereka. Mereka lebih mudah mempraktekan passing atas dari pada passing bawah.- Dengan media gambar peserta didik akan mudah memahami materi yang di sampaikan oleh guru. Apalagi kalau ada hadiahnya, mereka akan lebih semangat lagi.	-	-
24	Selasa 19 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Kelompok 1 dengan materi sepak bola (passing, dribling dan hading) kelas 11 IIS 4- Permainan bola voli (passing atas dan bawah dikombinasikan dengan blok posisi dilanjutkan game/ bermain.) kelas 12 IPS 1- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Penguasaan kelas cukup baik, sehingga semua peserta didik melaksanakan semua teknik yang di ajarkan oleh temannya. Alokasi waktu kurang, karena terlalu lama untuk pemanasan. Game sudah bagus, bisa memanfaatkan semua media (gambar, video) yang ada di sekolah.- Kelas ini lebih dominan di cabor bola voli, karena penguasaan teknik bagus dan mudah memahami sehingga mereka langsung bisa bermain dengan jumlah yang cukup banyak, agar semua peserta didik gerak dan tidak ada yang duduk di pinggir lapangan.	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

25	Rabu 20 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Kelompok 2 dengan materi bola voli (passing atas & bawah, servis dan bermain 5 v 5) Kelas 11 IIS 2 - Bola basket (lay up dan shooting, dilanjutkan dengan game 4 vs 4) KELAS 12 IPS 2 - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Penguasaan kelas sudah bagus, materi yang disampaikan sudah sesuai dengan power point yang disampaikan minggu lalu. Tidak ada media alat bantu untuk menjelaskan. Alokasi waktu sudah efektif, sesuai jam yang direncanakan. - Ball filling mereka masih kurang, namun dalam melakukan teknik lay up gerakannya sudah bagus. Dalam bermain masih banyak peserta didik dalam mendribble bola masih double. Kerjasama mereka sudah bagus antar teman. 	-	-
26	Kamis 21 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Bola basket (drible, passing, shooting dan bermain) kelas 11 IIS 1 - Bola basket (drible, passing, shooting dan bermain) kelas 11 MIA 3 - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Kemampuan peserta didik dalam melakukan lay up masih banyak yang belum bisa dengan baik, namun dalam shooting mereka bisa melakukannya dengan benar. Dengan bermain kerjasama mereka terlihat masih individual, kurang percaya dengan teman 1 kelompoknya. - Saat evaluasi dikelas banyak peserta didik yang bertanya dan mereka lebih dominan untuk berdiskusi di kelas sambil istirahat. - Kemampuan peserta didik dikelas ini dalam melakukan drible masih belum sempurna, tetapi dalam melakukan shooting cukup bagus, karena mereka sudah faham dengan adanya media gambar dan video sebagai alat bantu. Ternyata dengan penjelasan teori diawal pembelajaran lebih efektif dan mudah menerima materi pembelajaran yang kita sampaikan. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

**Untuk
Mahasiswa**

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none"> - Pemaparan power point kelompok 3 cabor bola basket (teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, menembak di ring atau keranjang) hasil diskusi kelas 11 IIS 2 - Pemaparan power point kelompok 3 cabor bulutangkis hasil diskusi kelas 11 IIS 4 	<ul style="list-style-type: none"> - Semakin kedepan pemahaman peserta dengan model TGFU semakin faham, pembagian tugas dalam menyampaikan materi sangat bagus, alokasi waktu sudah baik, penguasaan materi yang disampaikan baik, karena setiap ada pertanyaan dari teman mereka bisa menjawab dengan benar dan temanya bisa memahami.dalam sesi tanya jawab banyak yang bertanya sehingga apa yang mereka sampaikan itu diperhatikan oleh temannya. - Kreativitas dalam membuat power point cukup bagus, penguasaan kelas sudah baik, materi yang disampaikan mudah dipahami temannya. Sudah ada media gambar dan video sebagai alat bantu untuk menjelaskan materi tersebut. Dalam sesi tanya jawab hampir satu kelas ingin bertanya. Alokasi waktu cukup bagus, dan intonasi atau gaya bahasa jelas saat menyampaikan materi. 		
27	jumat 22 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Sosialisasi NAPZA dan HIV AIDS di ruang gamelan. 	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik akan tahu tentang bahaya tentang NAPZA dan HIV AIDS. - Bisa memberikan pembelajaran agar peserta didik menjauhi dan bisa mengetahui tanda-tanda kalau seseorang mengidap AIDS dan bagaimana menyikapinya. - Memberikan gambaran untuk bisa memanfaatkan masa mudanya dengan baik agar cita-cita yang mereka impikan akan terwujud. - Antusias guru dan peserta didik sangat baik, sehingga acaranya berjalan lancar. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

**Untuk
Mahasiswa**

Universitas Negeri Yogyakarta

28	Sabtu 23 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Bola voli (passing atas & bawah, servis dan bermain) kelas 12 IPA 1- Bola voli (passing atas & bawah, servis dan bermain) kelas 12 IPA 2- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Terlalu lama mempelajari teknik sehingga dalam bermain waktunya kurang. Namun dalam melakukan teknik passing atas & bawah masih kaku dalam gerakannya. Dengan bermain peserta didik bisa melakukan teknik yang telah sampaikan.- Dengan adanya media gambar peserta didik akan lebih mudah untuk melakukan teknik yang disampaikan, walau gerakannya masih kurang baik, namun usaha mereka untuk bisa yang sangat baik.	-	-
----	--------------------------	--	--	---	---

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

**Dosen
Pembimbing Lapangan**

**Guru
Pembimbing**

**Mahasiswa
PPL UNY 2014**

**Amrin Rosadi
NIM. 11601244070**

**Sujarwo, M.Or.
NIP. 19830314 200801 1 012**

**Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP. 19701120 200701 1 013**



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km 14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
29	Senin 25 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Upacara bendera- Atletik no.lari gawang kelas 12 IPA 3- 2 jam- Bola voli (passing atas & bawah, servis , game) kelas 11 IIS 3- 3 jam- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Kegiatannya berjalan lancar- Kemampuan lompatan peserta didik lebih dominan pada kaki kanan, sedangkan kaki kiri jarang digunakan sehingga gerakannya kaku. Perlu adanya banyak percobaan sebelum penilaian.- dengan penjelasan materi menggunakan media gambar dan video peserta didik akan mempunyai gambaran untuk melakukan teknik yang pelajari. Kemampuan mereka dalam melakukan passing atas lebih mudah dari pada passing bawah, game 5 vs 5 putri dicampur putra dalam bermain putri masih pasif dalam bergerak.	-	-
30	Selasa, 26 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Kelompok 2 dengan materi bulutangkis (teknik dasar memukul forehand, backhand dan servis	<ul style="list-style-type: none">- Pengetahuan peserta didik dalam menyampaikan materinya menarik, mudah dipahami dan dijelaskan menggunakan media gambar dan video.		-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none"> bulutangkis) kelas 11 IIS 4 - 2 jam - Bola basket (melempar & menangkap bola, menggiring dan membek bola ke ring berpasangan) kelas 12 IPS 1 - 2 jam - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> Penguasaan kelas cukup kondusif, alokasi waktu saat memulai sampai evaluasi sudah sesuai apa yang diharapkan. - Melakukan latihan koordinasi teknik melempar, menangkap dan menembak bola ke ring dengan berpasang-pasangan. Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi 	-	
31	Rabu 27 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Kelompok 3 dengan materi permainan bola basket (melempar menangkap, menggiring, dan menembak bola)kelas 11 IIS 2 - 2 jam - Atletik no.lari gawang kelas 12 IPS 2. - 2 jam - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Penguasaan kelas sudah bagus kelas menjadi kondusif dan alokasi waktu sudah sesuai dengan apa yang diharapkan. materi yang dipaparkan seperti dibawah ini: Melakukan latihan koordinasi teknik melempar, menangkap dan menembak bola ke ring dengan berpasang-pasangan. Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi,di tutup dengan evaluasi dan tanya jawab. - Kemampuan peserta didik dalam melakukan lompatan khususnya yang putri perlu ada latihan khusus agar gerakannya itu bagus kalau di lihat. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

			<p>Penyampaian materi pembelajaran dengan game akan lebih menarik dan mengasyikan secara terprogram. Materi yang disampaikan lebih mudah dipahami kalau menggunakan media gambar.</p> <p>-</p>		
32	Kamis 28 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian bola basket (memdrible dikombinasi dengan passing dan shooting) kelas 11 IIS 1 - 3 jam - Penilaian bola basket (memdrible dikombinasi dengan passing dan shooting) kelas 11 MIA 3 - 3 jam - Pemaparan power point kelompok 4 cabor bulutangkis (latihan teknik forehand, backhand dan servis bulutangkis) hasil diskusi kelas 11 IIS 2 - 1 jam 	<ul style="list-style-type: none"> - Dalam penilaian ini kemampuan yang dimiliki peserta didik sudah cukup baik, dimana semangat mereka untuk berusaha dan keterampilan hanya sebagian yang mampu melakukan dengan sempurna. Sikap dan gaya berbicara peserta didik perlu adanya perhatian khusus dari orang ntua dan guru. - Sikap dan keterampilan yang dimiliki peserta didik sudah cukup bagus dan yang terpenting semua peserta didk bergerak tidak ada yang duduk di pinggir lapangan. - Penguasaan kelas sudah bagus. Alokasi waktu dan pembagian untuk menjelaskan materi sudak kompak. Pengasaan meteri perlu di pelajari kembali agar bisa menjawab semua pertanyaan dari teman sejawatnya. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none"> - Pemaparan power point kelompok 3 cabor atletik no.lompat jauh gaya berjalan di udara hasil diskusi kelas 11 IIS 4 - 1 jam - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Harus ada probandus atau orang coba, agar temannya faham dengan materi yang dipaparkan olehnya. Media video sebagai sarana utama agar peserta didik punya adrenalin untuk melakukannya. 		
33	Jumat 29 agustus 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Bola voli (passing bawah & atas , servis dan smash) kelas 12 IPS 3 - 2 jam <ul style="list-style-type: none"> - Bola voli (passing bawah & atas , servis dan smash) kelas 12 IPS 4 - 2 jam - Piket sekolah 	<ul style="list-style-type: none"> - Antusias kelas ini sangat baik dan saat mempraktekan teknik-tekniknya langsung bisa, sehingga waktu untuk bermain lebih banyak. Untuk yang tidak dapat jatah main, melakukan passing atas atau bawah di tembok agar saat bermain nanti bisa bagus. <ul style="list-style-type: none"> - Antusias kelas ini sangat baik dan saat mempraktekan teknik-tekniknya langsung bisa, sehingga waktu untuk bermain lebih banyak. Untuk yang tidak dapat jatah main, melakukan passing atas atau bawah di tembok agar saat bermain nanti bisa bagus. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK			
34	Sabtu 30 Agustus 2014	<ul style="list-style-type: none">- Permainan bola basket (mengumpan, menggiring dan shoting) kelas 12 IPA 1- 2 jam- Permainan bola basket (mengumpan, menggiring dan shoting) kelas 12 IPA 2- 2 jam- Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Kemampuan dalam memasukan bola kedalam ring basket sangat bagus, hanya sebagian kecil peserta didik yang belum bisa melakukannya. Dalam bermain kekompakan dalam 1 kelompok sudah bagus dan evasluasi banyak peserta didik yang bertanya.- Kemampuan dalam memasukan bola kedalam ring basket sangat bagus, hanya sebagian kecil peserta didik yang belum bisa melakukannya. Dalam bermain kekompakan dalam 1 kelompok sudah bagus dan evasluasi banyak peserta didik yang bertanya.	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Sujarwo, M.Or.
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP. 19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
35	Senin 1 September 2014	<ul style="list-style-type: none">- Perwalian setiap kelas- Bola basket (melempar & menangkap bola, menggiring dan membek bola ke ring berpasamgan) kelas 12 IPA 3- 2 jam- Bola basket (melempar & menangkap bola, menggiring dan membek bola ke ring berpasamgan) kelas 11 IIS 3- 3 jam- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Kemampuan dalam melakukan shoting atau memasukan bola ke dalam ring basket cukup baik, namun dalam melakukan lay up gerakannya masih kaku.- Kecepatan dan pengasaan bola sudah baik hanya perlu ada drill dengan bola.- Kemampuan dalam melakukan shoting atau memasukan bola ke dalam ring basket cukup baik, namun dalam melakukan lay up gerakannya masih kaku.- Kecepatan dan pengasaan bola sudah baik hanya perlu ada drill dengan bola.- Evaluasi dilakukan saat setelah praktik dan untuk istirahat. Namun terkadang kurang efektif karena stamina yang mereka miliki sudah terkuras di jam praktiknya.	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

36	Selasa 2 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Kelompok 3 dengan materi atletik no.lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 11 IIS 4 - 2 jam - Bulutangkis (latihan koordinasi teknik dasar memukul forehand, backhand, servis bulutangkis) kelas 12 IPS 1 - 2 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Masih banyak peserta didik yang belum bisa melakukan gerakan lompatan yang benar, namun antusias mereka materi bisa tersampaikan semua di bantu dengan media gambar. - Pemanasan terlalu singkat sehingga banyak peserta didik yang mengalami cedera. Alokasi waktu sudah cukup baik. Materi sudah di kuasai sebagian besar kelompok. - Perlu adanya evaluasi agar kesalahan yang terjadi tidak akan terulang kembali. 	-	-
37	Rabu 3 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Kelompok 4 dengan materi cabor bulutangkis (latihan teknik forehand, backhand dan servis bulutangkis) Kelas 11 IIS 2 - 2 jam - Atletik no.lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 12 IPS 2 - 2 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Materi sudah cukup dikuasai terlihat saat menjelaskan beberapa gerakan forehand dan backhand. - Namun yang perlu diperhatikan adalah alokasi waktu dan sikap saat kita menjelaskan maupun menjawab setiap pertanyaan yang ada. - Gerakannya masih banyak yang salah, perlu ada proses atau tahapan untuk melakukan lompat jauh gaya berjalan diudara seperti yang dijelaskan oleh Pak suprih. 	-	-
38	Kamis	<ul style="list-style-type: none"> - Atletik no.Lompat jauh gaya 	<ul style="list-style-type: none"> - Gerakannya masih banyak yang salah, perlu ada 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

	4 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> berjalan di udara kelas 11 IIS 1 - 3 jam - Atletik lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 11 MIA 3 - 3 jam - Teori di kelas pemaparan materi aktivitas pengembangan kelas 11 IIS 2 - 1 jam - Pemaparan power point kelompok 4 cabor permainan bola voli hasil diskusi kelas 11 IIS 4 - 1 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> proses atau tahapan untuk melakukan lompat jauh gaya berjalan diudara seperti yang dijelaskan oleh Pak suprih. - Proses gerakannya sudah lumayan bagus, alokasi waktu masih belum bisa terorganisir karena terlalu banyak pemanasan atau penjelasan teori. - Materi dikemas dengan diperbanyak video dan gambar agar peserta didik tidak bosan diakhir-akhir KBM. Sehingga banyak yang memperhatikan dan menarik beberapa pertanyaan. - Power point terlalu banyak warna dalam tulisannya - Materinya cukup jelas, alokasi waktu sudah cukup baik, keterampilan dalam menyampaikan materinya sehingga teman-temanya memperhatikan. 	-	
39	Jumat 5 september 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian permainan bola voli - Passing atas & bawah, servis dan game. Kelas 12 IPS 3 - 2 jam - Penilaian permainan bola voli - Passing atas & bawah, servis dan 	<ul style="list-style-type: none"> - Dalam 30 detik peserta didik bisa melakukan passing bawah 20-27 kali tetapi tekniknya belum semuanya benar. - Servis menggunakan servis bawah, karena kemampuan tangannya masih lemah. - Teknik dasarnya perlu dibenahi perlahan-lahan, agar saat melakukan nyaman dan dilihat bagus. 	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

		game. Kelas 12 IPS 4 - 2 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK			
--	--	---	--	--	--

Bantul, 17 September 2014

Dosen
Pembimbing Lapangan

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Mengetahui,

Guru
Pembimbing

Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
40	Senin 8 September 2014	<ul style="list-style-type: none">- Upacara bendera- Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh, kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 12 IPA 3- 2 Jam- Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 11 IPS 3- 3 jam- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya.- Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya.	-	-
41	Selasa 9 September 2014	HAORNAS Konsultasi dengan koordinator PPL	<ul style="list-style-type: none">- Jalan sehat semua warga sekolah- Menjadi wasit latihan futsal	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

42	Rabu 10 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh, kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 11 IIS 2 - 2 jam - Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh, kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 12 IPS 2 - 2 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya. - Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya. 	-	-
43	Kamis 11 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Penilaian Atletik no.Lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 11 IIS 1 - 3 jam - Penilaian Atletik lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 11 MIA 3 - 3 jam - Pemaparan materi melalui power point senam roll depan dikombinasi dengan loncat harimau kelas 11 IIS 2 - 1 jam 	<ul style="list-style-type: none"> - Keterampilan dan kemampuan yang dimiliki peserta didik sudah baik, dari langkah awalan dan gerak lanjut sudah bagus daripada minggu kemarin. - Keterampilan dan kemampuan yang dimiliki peserta didik sudah baik, dari langkah awalan dan gerak lanjut sudah bagus daripada minggu kemarin. - Melalui media gambar dan video peserta didik akan lebih mudah sebelum melakukannya. Dan suasana kelas lebih kondusif ketika materinya dikemas dengan hal-hal yang baru dan menarik. 	-	-



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none"> - Pemaparan materi melalui power point senam roll depan dikombinasi dengan loncat harimau kelas 11 IIS 2 - 1 jam - EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Melalui media gambar dan video peserta didik akan lebih mudah sebelum melakukannya. Dan suasana kelas lebih kondusif ketika materinya di kemas dengan hal-hal yang baru dan menarik. 		
44	Jumat 12 September 2014	<ul style="list-style-type: none"> - Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh, kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 12 IPS 3 - 2 jam - Konsultasi dengan koordinator PPL - Aktivitas pengembangan (daya tahan tubuh, kelincahan untuk meningkatkan kebugaran tubuh) kelas 12 IPS 4 - 2 jam - Konsultasi dan evaluasi hasil pembelajaran dengan dengan guru PJOK 	<ul style="list-style-type: none"> - Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya. - Dengan tes lari 60 m, set up, back up, loncat tegak dan stalteran samapi denyut maksimal kita dapatkan dari semua peserta didik. Hasilnya cukup bagus untuk yang laki-laki dan untuk yang perempuan kurang gerak dalam kesehariannya. 	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

Dosen
Pembimbing Lapangan

Guru
Pembimbing

Mahasiswa
PPL UNY 2014

Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012

Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013

Amrin Rosadi
NIM. 11601244070



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Imogiri
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Imogiri timur km.14 Wukirsari, Imogiri, Bantul
GURU PEMBIMBING : Suprih Pardiyo, S.Pd.

NAMA MAHASISWA : Amrin Rosadi
NO. MAHASISWA : 11601244070
FAK/ PRODI : FIK/ PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Sujarwo, M.Or

No	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
45	Senin 15 September 2014	<ul style="list-style-type: none">- Perwalian 1 jam- Permainan bulu tangkis (latihan teknik forehand, backhand dan servis bulutangkis) kelas 12 IPA 3- 2 jam <ul style="list-style-type: none">- Atletik no. Lompat jauh gaya berjalan di udara kelas 11 IIS 3- 3 jam- 1 jam Untuk ujian teori- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK	<ul style="list-style-type: none">- Pengetahuan peserta didik dalam menyampaikan materinya menarik, mudah dipahami dan dijelaskan menggunakan media gambar dan video. Penguasaan kelas cukup kondusif, alokasi waktu saat memulai sampai evaluasi sudah sesuai apa yang diharapkan.- Keterampilan dan kemampuan yang dimiliki peserta didik sudah baik, dari langkah awalan dan gerak lanjut sudah bagus daripada minggu kemarin.- Pengetahuan peserta didik tentang dunia olahraga masih kurang, setelah mereka mengikuti tes ujian teori.	-	-
46	Selasa 16 September 2014	<ul style="list-style-type: none">- PENARIKAN PPL- Kelompok 4 dengan materi cabor bola voli (passing atas & bawah, servis, game) kelas 11 IIS 4- 2 jam	<ul style="list-style-type: none">- Penguasaan materi dan kelas sangat bagus dan penyampaiannya berurutan sesuai apa yang diharapkan. Antusias peserta didik dalam mengikuti pembelajaran sangat bagus. Alokasi dan manajemen waktu sudah baik, keterampilan dan sikap peserta didik dengan teman		



LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

		<ul style="list-style-type: none">- Penilaian permainan Bulutangkis (latihan koordinasi teknik dasar memukul forehand, backhand, servis bulutangkis) kelas 12 IPS 1- 2 jam- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK- Konsultasi dengan koordinator PPL	<ul style="list-style-type: none">- sejawat sudah mencerminkan seorang pendidik.- . Evaluasi begitu jelas dan membenahi apa yang kurang pada pelaksanaan tadi.- Kemampuan dan keterampilan peserta didik sangat bagus apabila terbina dengan baik.- Gerakannya sudah mulai bagus setelah ada drill di selah-pelaksanaan pembelajaran.		
47	Rabu 17 September 2014	<ul style="list-style-type: none">- Ujian teori dari hasil pelaksanaan pembelajaran dengan model TFGU. Kelas 11 IIS 2- Penilaian permainan bola basket (mengumpan, melempar bola, lay up dan 3 point) kelas 12 IPS 2- 2 jam- EVALUASI Hasil pembelajaran dengan guru PJOK- Konsultasi dengan koordinator PPL	<ul style="list-style-type: none">- Hasil dari tes menunjukkan, sebagian kecil peserta didik yang faham dan ikut serta dalam berdiskusi atau dalam pembuatan materi.- Kemampuan dalam mencetak angka shooting maupun 3 point seorang peserta didik harus lebih banyak mencoba terlebih dahulu, karena gerak teknik dasar mereka masih salah dan perlu perbaikan.	-	-



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PROGRAM INDIVIDU

PPL UNY TAHUN 2014

F02

Untuk
Mahasiswa

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

**Dosen
Pembimbing Lapangan**

**Guru
Pembimbing**

**Mahasiswa
PPL UNY 2014**

**Sujarwo, M.Or
NIP. 19830314 200801 1 012**

**Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013**

**Amrin Rosadi
NIM. 11601244070**



Universitas Negeri Yogyakarta

**LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014**

F03

Untuk Mahasiswa

NOMOR LOKASI : 122
NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMA NEGERI 1 IMOIRI
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jalan Imogiri timur km.14 Manggung, Wukirsari, Imogiri, Bantul

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif / Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				Jumlah
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	
1.	Penyusunan RPP	<ul style="list-style-type: none">Rencana pelaksanaan pembelajaran selama praktek mencapai 8 RPP	-	Rp 24.500,-	-	-	Rp 24.500,-
2.	Praktek mengajar	<ul style="list-style-type: none">Selama PPL sudah mencapai lebih dari 8 pertemuan & materi.	-	-Rp.300.000	-	-	-Rp.300.000
3.	Pengadaan SarPras untuk pembelajaran penjas	<ul style="list-style-type: none">Pembuatan garis lapangan bola voli	-	Rp 50.000,-	-	-	Rp 50.000,-
		<ul style="list-style-type: none">Pembuatan media gambar dan video	-	Rp 100.000,-	-	-	Rp.100.000,-



Universitas Negeri Yogyakarta

**LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014**

F03

Untuk Mahasiswa

4.	Pembuatan Laporan	<ul style="list-style-type: none">• 3 bendel laporan	-	Rp 200.000,-		-	Rp 200.000,-
5.	Sosialisasi NAPZA dan HIV AIDS	<ul style="list-style-type: none">• Tips untuk Pembicara	-		Rp. 100.000	Rp.100.000	Rp.200.000-
Total							Rp,874.000-

Bantul, 17 September 2014

Mengetahui,

**Kepala Sekolah
SMA N 1 Imogiri**

**Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014**

**Guru
Pembimbing Lapangan**

**Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP. 19701120 200701 1 013**

**Mahasiswa
PPL UNY**

**Amrin Rosadi
NIM. 11601244070**



KARTU BIMBINGAN PPL
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN ...2014.

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMA N 1 Madiki
 Alamat Sekolah : Jl. Inggiri Timur Km 14, Weleri, Madiki
 Nama DPL PPL : Sugrwo, M. D.
 Prodi / Fakultas DPL PPL : Pjke / Fik
 Jumlah Mahasiswa PPL : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1.	6/8/14	2	penyisipan materi bahan ajar	-	
2.	21/8/14	2	metode pelaksanaan pembelajaran	-	
3.	6/9/14	2	memahami esensi pembelajaran	-	

PERHATIAN :
 Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).
 Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.
 Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.



Mhs PPL Prodi : Pjke
 (M. P. Rizal) (Amrin, Rosadi)
 Inggiri, 16 September 2014



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SMA NEGERI 1 IMOIRI**

Sekretariat: Jl. Imogiri Timur Km. 14 Wukirsari, Imogiri, Bantul, Yogyakarta 55191 Telp. (0274) 7483271



SERTIFIKAT

No : 04/PPL UNY/VIII/2014

Diberikan kepada:

Arfin Munajah, SE, MM

Atas Partisipasinya sebagai:

PEMBICARA

Dalam acara **SOSIALISASI NAPZA DAN HIV/AIDS**

yang diselenggarakan oleh Mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal 22 Agustus 2014

Mengetahui
Kepala Sekolah SMAN 1 Imogiri



Drs. H. Sumarman

NIP. 19620812 198903 1 014

Ketua PPL UNY

Yogyakarta, 22 Agustus 2014
Ketua Panitia



Mukhamad Rizqiadi

NIM. 11601244066

Hasan Adhabi

NIM. 11406244011



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SMA NEGERI 1 IMOIRI**



Sekretariat: Jl. Imogiri Timur Km. 14 Wukirsari, Imogiri, Bantul, Yogyakarta 55191 Telp. (0274) 7483271

SERTIFIKAT

No : 04/PPL UNY/VIII/2014

Diberikan kepada:

Suyitno Atmojo

Atas Partisipasinya sebagai:

PEMBICARA

Dalam acara **SOSIALISASI NAPZA DAN HIV/AIDS**

yang diselenggarakan oleh Mahasiswa Praktik Pengalaman Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal 22 Agustus 2014

Mengetahui

Kepala Sekolah SMAN 1 Imogiri



Drs. H. Sumarman

NIP. 19620812 198903 1 014

Ketua PPL UNY

Yogyakarta, 21 Agustus 2014
Ketua Panitia



Mukhamad Rizqiadi

NIM. 11601244066

Hasan Adhabi

NIM. 11406244011

KURIKULUM 2013 SMA/MA/SMK/MAK

SILABUS



Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan



Disusun : Tim Penyusun Silabus
PUSKURBUK KEMDIKBUD RI

SILABUS SMA/MA :

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.1 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi	Sepakbola	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung. Mendiskusikan keterampilan gerak teknik mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan sepakbola.. Mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola dan membuat 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep</p>	5 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Bola sepak Lapangan sepakbola Tiang gawang Tiang pancang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI TV/Vidro

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik dasar permainan sepak bola dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih/memutuskan cara mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah datangnya bola. Memutuskan cara mengumpan, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah sasaran. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan teknik menendang, menahan, menggiring, dan menembak bola ke gawang yang telah dipelajarinya serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	keterampilan gerak		
	Permainan Bolavoli	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang telah diamati. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola voli Lapangan bolavoli Net/jaring Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan bolavoli. Memperagakan teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih/memutuskan passing yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola maupun kecepatannya. Memilih/memutuskan jenis servis dan kecepatan bola yang akan digunakan untuk menyulitkan lawan. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolavoli dengan menerapkan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	<p>hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		
	Permainan Bolabasket	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) yang telah diamati. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola basket Lapangan bola basket Ring/basket Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud</p>

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat mempraktekkan gerak teknik dasar permainan bola basket dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola ke ring basket dengan benar sesuai yang diperagakan. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menganalisis gerakan teknik dasar permainan bola basket dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan. t <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bolabasket dengan menerapkan teknik yang telah dipelajari menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain 	<p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.2 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.2. Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola kecil sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	Permainan Softball	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar keterampilan gerak permainan softball. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menyampaikan pertanyaan berkenaan dengan teknik dasar permainan softball <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar keterampilan gerak permainan softball melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan softball. Memperagakan berbagai pola keterampilan gerak memegang bola, menangkap bola, melempar bola, dan melambungkan bola. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menganalisis bentuk pukulan dan arah jalannya bola sesuai dengan yang dikehendaki pada saat memukul bola. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	3 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Glove Bola softball Stik Lapangan softball Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain softball menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik melempar, menangkap, dan memukul bola softball yang telah dipelajari dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Permainan Bulutangkis	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan bulu tangkis yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan forehand, back-hand, servis, dan smesh) <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar permainan bulutangkis <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan bulu tangkis dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat memperagakan gerakan teknik dasar permainan bulutangkis. Memperagakan berbagai pola keterampilan gerak memegang raket, memukul, smesh yang dilakukan dalam bentuk bermain. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan pukulan forehand dan backhand serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju. <p>Mengkomunikasikan</p>	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Bermain bulutangkis menggunakan peraturan sesungguhnya dengan menerapkan teknik permainan yang telah diperolehnya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Permainan Tenis Meja	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar permainan tenis meja yang diperagakan oleh guru atau peserta didik yang mampu (pukulan forehand, back-hand, servis, dan smesh) <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar permainan tenis meja <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar permainan tenis meja dari buku atau pun media yang lainnya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan pola keterampilan gerak permainan tenis meja . Memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak memegang bet, servis forehand dan backhand, dan memukul bola dalam berbagai situasi yang dilakukan dalam bentuk bermain. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan pukulan forehand dan backhand serta memilih pukulan yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola dan arah yang harus dituju. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain tenis meja menggunakan peraturan sesungguhnya 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		dengan menrapkan teknik permainan yang telah diperolehnya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan</p> <p>4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p>Atletik (Lompat jauh)</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ anchang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). Memperagakan berbagai variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang, tumpuan, saat melayang di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara.. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	<p>4 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat jauh Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		udara menggunakan peraturan yang sesungguhnya dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.			
	Atletik (Lompat Tinggi)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menggali informasi berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat). Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistar dan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengkomunikasikan</p>	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>		<ul style="list-style-type: none"> Lintasan/track atletik Bak lompat tinggi Tiang mistar Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menerapkan teknik yang telah dipelajariya menggunakan peraturan sesungguhnya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.4 Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri</p> <p>4.4 Mempraktikkan strategi dalam pertarungan bayangan (<i>shadow fighting</i>) olahraga beladiri dengan lancar dan koordinasi gerak yang baik..</p>	<p>Beladiri (Pencak Silat)</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik memukul, menendang, menangkis, dan mengelak dalam olahraga beladiri pencak silat. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan beladiri pencak silat (memukul, menendang, menangkis, dan mengelak) dari buku atau pun media yang lainnya Memperagakan berbagai teknik gerakan memukul, menendang, menangkis, dan mengelak pada olahraga beladiri pencak silat. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	<p>4 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ruangan atau halaman sekolah Arena pencak silat Goong Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilih jenis pukulan, tendangan, tangkisan, dan elakan sesuai dengan situasi <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pertandingan pencak silat menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya menggunakan peraturan sesungguhnya dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.5 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.5 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi..</p>	<p>Senam Ketangkasan Meja lompat</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jjongkok pada meja lompat yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jjongkok pada meja lompat. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jjongkok pada meja lompat dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jjongkok pada meja lompat Memperagakan berbagai teknik gerakan lompat kangkang dan lompat jjongkok pada senam lantai.. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membandingkan gerakan lompat jjongkok dan lompat kangkang 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	<p>4 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Matras senam Kuda-kuda lompat Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>untuk mengetahui faktor kesulitannya.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian gerakan lompat jongkok pada meja lompat atau punggung teman yang membungkuk dengan urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan dua kaki, tumpuan dan dorongan dua tangan sampai pendaratan dalam bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman. • Melakukan rangkaian gerakan lompat kangkang pada meja lompat atau punggung teman yang membungkuk dengan urutan rangkaian mulai dari lari awalan, tolakan dua kaki, tumpuan dan dorongan dua tangan sampai pendaratan dalam bentuk perlombaan dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab, menghargai teman. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.					
3.6 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmik.. 4.6 mempraktikkan perbaikan keterampilan rangkaian gerak (koreo) aktivitas gerak ritmiksesuai hasil analisis dan kategorisasi.	Aktivitas gerak senam ritmik	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan teknik gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu Menanya <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan berkaitan dengan teknik gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan. Eksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan gerak ritmik langkah kaki dan ayunan lengan dari buku atau media lainnya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan an cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerakan ritmik (langkah kaki dan ayunan lengan). Memperagakan berbagai teknik gerakan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik menggunakan salah satu alat. Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Menunjukkan keserasihan gerak langkah kaki dan ayunan lengan untuk mendapatkan gerak yang baik. 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak Tes: Prinsip dan	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan/ ruangan Tipe recorder Kaset senam ritmik Gada, simpai, pita, dan bola. Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan senam ritmik menggunakan salah satu alat (gada, simpai, pita, dan bola) dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kedisiplinan, toleransi, keluwesan, estetika. 	<p>konsep keterampilan gerak</p>		

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>					
<p>3.7 Menganalisis konsep pengukuran komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrumen terstandar</p> <p>4.7 Mempraktikkan pengukuran derajat komponen kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan menggunakan instrumen terstandar.</p>	Aktivitas Kebugaran Jasmani	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. Memperhatikan gerakan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan gerakan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan . Menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan yang merupakan komponen kebugaran jasmani untuk keterampilan <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan komponen kebugaran jasmani untuk kesehatan (kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh) dan komponen 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Palang tunggal Matras senam Formulir tes Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kebugaran jasmani untuk keterampilan (koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan) dari buku atau pun media yang lainnya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, komposisi tubuh. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan. • Peserta didik mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan latihan dan membuat kesimpulannya • Memperagakan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan yang meliputi: kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh. • Memperagakan berbagai bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan ketrampilan yang meliputi: latihan koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ketepatan. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan bentuk latihan kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan maupun keterampilan sesuai dengan kemampuannya untuk meningkatkan kebugaran. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan yang meliputi: kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan jantung dan paru-paru/daya tahan pernapasan, kelenturan, dan komposisi tubuh secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tes kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan yang meliputi: koordinasi, power, keseimbangan, kecepatan, kelincahan, dan akurasi/ ketepatan secara berpasangan atau dalam kelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian.. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.8 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan dasar empat gaya renang, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air</p> <p>4.8 Mempraktikkan keterampilan dasar empat gaya renang dengan koordinasi yang baik, dan keterampilan dasar penyelamatan, serta tindakan pertolongan kegawatdaruratan di air*</p>	Aktivitas Renang	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik memperhatikan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik mengajukan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik gerakan renang gaya bebas, dada, punggung, dan kupu-kupu dan pertolongan kecelakaan di air dari buku atau pun media yang lainnya. • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kealahan yang sering dilakukan saat melakukan aktivitas renang dan memberikan pertolongan pada kecelakaan di air. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya bebas. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya dada. 	<p>Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor</p> <p>Observas: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak</p> <p>Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Kolam renang • Pelampung renang • Kaca mata renang • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. • TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya punggung. • Memperagakan rangkaian gerakan kaki, lengan, mengambil napas, dan koordinasi renang gaya kupu-kupu . • Memperagakan cara memberikan pertolongan pada korban kecelakaan di air. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan gaya renang yang harus digunakan untuk melakukan pertolongan. • Membandingkan faktor kesulitan dari pada ke empat (4) gaya renang yang sudah dipelajarinya. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik melakukan perlombaan estafet renang gaya (bebas, dada, punggung dan kupu-kupu) menempuh jarak (4 x 25 m) secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. • Peserta didik memperagakan gerak rangkaian cara memberikan pertolongan di air secara berpasangan dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.					

.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.9 Memahami upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</p> <p>4.9 Menyajikan informasi berkaitan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika terhadap diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara</p>	<p>Pencegahan Narkoba dan Psikotropika</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang dampak buruk terhadap penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan dampak buruk terhadap penyalahgunaan narkoba dan psikotropika bagi diri sendiri, keluarga, lingkungan, bangsa dan negara <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi tentang upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan penanggulanga narkoba dan psikotropika dari berbagai sumber dan mendiskusikannya.. Mencari berbagai informasi tentang pengaruh yang diakibatkan narkoba dan psikotropika bagi tubuh manusia dari berbagai sumber dan mendiskusikannya. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari hubungan penyebab penyalahgunaan narkoba dan psikotropika di kalangan remaja Membuat pola pencegahan penyalahgunaan narkoba dan psikotropika di kalangan remaja <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan hasil temuan tentang cara-cara pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA dan psikotropika dan mendiskusikan serta membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok dan mempresentasikannya di depan kelas. 	<p>Observas: Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Prinsip Pencegahan Narkoba dan Psikotropika</p>	<p>1 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Laktop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	ALAT/SUMBER
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	ALAT/SUMBER
2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat, dan cara pencegahan seks bebas secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan permasalahan yang dijelaskan guru berkaitan dengan seks bebas. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari informasi dari berbagai media tentang penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkannya. Mengidentifikasi perilaku-perilaku seks bebas pada usia sekolah secara individu. Mendiskusikan penyebab terjadinya seks bebas, dampak yang ditimbulkan terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat, dan cara pencegahan seks bebas dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas <p>Mengasosiasasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Banyaknya media yang dapat merangsang terjadinya perbuatan yang menyimpang sehingga banyak yang ingin mencoba yang akhirnya ketagihan. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas berkaitan dengan seks bebas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 	<p>Observas: Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Dampak seks bebas</p>	1 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet
3.10 Memahami dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas.					
4.10 Menyajikan informasi tentang dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas					

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat					
3.11 Memahami bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS 4.11 Menyajikan informasi berkaitan dengan	Budaya Hidup Sehat	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan penjelasan guru tentang tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan 	Observas: Untuk mengukur	1 X 3 JP	• Laktop

.KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS		<p>AIDS secara individu.</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan Mencari berbagai informasi tentang sejarah, hakekat, penyebab, tanda-tanda, dan gejala-gejala HIV dan AIDS secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan dan mendiskusikan tentang HIV dan AIDS <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik memaparkan hal yang berkaitan dengan penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan power point tentang penyebab, cara penularan, bahaya, cara pencegahan, dan penanggulangan HIV dan AIDS secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, kedisiplinan, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 	<p>keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: bahaya, penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS</p>		<ul style="list-style-type: none"> LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. Internet

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XI
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
2.8 Memiliki perilaku hidup sehat					
3.12 Menganalisis perencanaan program kesehatan pribadi 4.12 Merancang program perencanaan kesehatan pribadi untuk 1 semester	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan tentang jenis-jenis anggota tubuh untuk dipelihara dalam menjaga kesehatan pribadi dan macam-macam penyakit yang timbul oleh tidak terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan tentang jenis-jenis anggota tubuh dan macam-macam penyakit yang dapat ditimbulkan karena tidak terpeliharanya kesehatan pribadi. <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi tentang jenis-jenis anggota tubuh dan cara memeliharanya. Mencari berbagai informasi tentang cara penanggulangan penyakit yang diakibatkan oleh tidak terpeliharanya kesehatan pribadi secara individu. Mendiskusikan tentang langkah-langkah perencanaan program kesehatan pribadi secara berkelompok. Mendiskusikan tentang cara penyusunan jadwal kegiatan sehari-hari dalam menuju hidup sehat dan berkualitas secara berkelompok. Mendiskusikan tentang perencanaan program kesehatan pribadi dalam rangka menuju hidup sehat dan berkualitas secara berkelompok dengan menunjukkan perilaku hidup sehat, kerjasama, toleransi, disiplin, dan tanggung jawab selama melakukan aktivitas. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memebuat perencanaan untuk dapat hidup sehat dan berkualitas mudah, akan tetapi sulit dalam pelaksanaannya. 	<p>Observas: Untuk mengukur keterampilan menyajikan dan perilaku selama aktifitas</p> <p>Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep</p> <p>Tes: Kesehatan pribadi</p>	1 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laktop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas secara berkelompok berkaitan dengan program hidup sehat dan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 			

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs.H. Sumarman
NIP.19620812 198903 1014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013

KURIKULUM 2013 SMA/MA/SMK/MAK

SILABUS



Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan

XII

Disusun : Tim Penyusun Silabus
PUSKURBUK KEMDIKBUD RI

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.1 Menganalisis dan merancang strategi dan taktik permainan (pola menyerang dan bertahan) salah satu permainan bola besar.</p> <p>4.1. Memperagakan dan mengevaluasi strategi dan taktik permainan (menyerang dan bertahan) salah satu permainan bola besar dengan peraturan terstandar.</p>	Permainan Sepakbola	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan sepakbola baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan sepakbola sesuai dengan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan sepakbola. Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan sepakbola.. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan sepakbola. Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan sepakbola. <p>Mengkomunikasikan</p>	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	5 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Bola sepak Lapangan sepakbola Tiang gawang Tiang pancang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Vidio

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan sepakbola dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Permainan Bolavoli	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan bola voli baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola voli sesuai dengan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola voli. Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan bola voli. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan bola voli. Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola voli. 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bola voli Lapangan bolavoli Net/jaring Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bola voli dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.. 			
	Permainan Bola-basket	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan bola basket baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. Menanyakan <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola basket sesuai dengan hasil pengamatan. Mengeksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola basket. Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan bola basket.. Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan bola basket. Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bola basket. 	Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses. Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya. Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas		<ul style="list-style-type: none"> Bola basket Lapangan bola basket Ring/basket Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XI, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan bola basket dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkn Penjsungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
5. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
3. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.3 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.4 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.2 Menganalisis dan merancang strategi dan taktik permainan (pola menyerang dan bertahan) salah satu permainan bola kecil.</p> <p>4.2. Memperagakan dan mengevaluasi strategi dan taktik permainan (menyerang dan bertahan) salah satu permainan bola kecil dengan peraturan terstandar</p>	<p>Permainan Softball</p>	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan softball baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan softball sesuai dengan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan softball. Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan softball. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan softball. Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan softball. 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan cacatan hasil penamatan atau tugas</p>	<p>3 X 3 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> Glove Bola softball Stik Lapangan softball Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan softball dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Permainan Bulutangkis	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan bulutangkis baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bulutangkis sesuai dengan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bulutangkis Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan bulutangkis. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan bulutangkis. Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>		<ul style="list-style-type: none"> Raket Shuttlecock Lapangan bulutangkis Net/jarring bulutangkis Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan bulutangkis.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bulutangkis dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 			
	Permainan Tenis Meja	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati strategi penyerangan maupun strategi pertahanan dan taktik permainan dalam pertandingan tenis meja baik secara langsung atau melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik mengajukan pertanyaan berkaitan dengan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan tenis meja sesuai dengan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan tenis meja. Memperagakan berbagai macam strategi dan taktik penyerangan dalam permainan tenis meja. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan strategi dan taktik yang tepat dalam permainan untuk memenangkan pertandingan. Mengetahui kelebihan dan kekurangan strategi-strategi penyerangan dan pertahanan permainan tenis meja. 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil</p>		<ul style="list-style-type: none"> Bet/pemukul Bola ping-pong Meja ping-pong Net/jarring tenis meja Peluit <p>Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud.</p> <ul style="list-style-type: none"> TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan dan memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan permainan tenis meja <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain tenis meja dalam bentuk pertandingan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan strategi dan taktik penyerangan dan pertahanan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 	penamatan atau tugas		

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.3 Menganalisis dan merancang strategi dan taktik dalam simulasi perlombaan nomor-nomor atletik yang disusun sesuai peraturan</p> <p>4.3 Memperagakan dan mengevaluasi strategi dan taktik dalam perlombaan nomor-nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) dengan peraturan terstandar.</p>	Atletik (Tolak Peluru)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati perlombaan tolak peluru secara langsung, melalui media audio visual ataupun gambar rangkaian gerakan tolak peluru yang telah disiapkan oleh guru.. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang strategi tolak peluru berdasarkan hasil pengamatan <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi perlombaan tolak peluru (awalan, menolakkan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan). Memperagakan strategi awalan perlombaan tolak peluru. Memperagakan cara menolakkan peluru perlombaan tolak peluru.. Memperagakan cara melepaskan peluru perlombaan tolak peluru . Memperagakan cara menjaga keseimbangan perlombaan tolak peluru . Memperagakan strategi dan taktik dalam simulasi perlombaan tolak peluru. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Sektor tolak peluru Peluru Kapur Bendera Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>menerapkan strategi perlombaan tolak peluru.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi perlombaan tolak peluru. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan tolak peluru dengan menerapkan teknik maupun strategi perlombaan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama perlombaan . 			
	Atletik (Lempar lembing)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati perlombaan lempar lembing secara langsung, melalui media audio visual ataupun gambar rangkaian gerakan lempar lembing yang telah disiapkan oleh guru.. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang strategi lempar lembing berdasarkan hasil pengamatan <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi perlombaan lempar lembing (awalan, menolakan peluru, lepasnya peluru dan menjaga keseimbangan). Memperagakan cara melakukan awalan perlombaan lempar lembing. Memperagakan cara strategi melempar lembing dalam perlombaan lempar lembing . Memperagakan cara melepaskan lembing dalam perlombaan lempar lembing. Memperagakan cara setelah melepaskan lembing dalam perlombaan lempar lembing . Memperagakan stategi dan taktik dalam simulasi perlombaan 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil</p>		<ul style="list-style-type: none"> Sektor lempar lembing Lembing Kapur Bendera Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>lempar lembing.</p> <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi perlombaan lempar lembing. Mengetahui cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi perlombaan lempar lembing. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lempar lembing dengan menerapkan teknik maupun strategi perlombaan yang sudah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama perlombaan . 	penamatan atau tugas		

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.4 Menganalisis dan merancang strategi dan taktik menyerang dan bertahan dalam olahraga beladiri yang disusun sesuai peraturan permainan.</p> <p>4.4. Memperagakan dan mengevaluasi strategi dan taktik menyerang dan bertahan pada simulasi pertarungan olahraga bela diri</p>	Beladiri (Pencak Silat)	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati pertandingan pencak silat secara langsung, melalui media audio visual ataupun gambar rangkaian gerakan pencak silat yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang strategi penyerangan dan pertahanan pada pertandingan pencak silat berdasarkan hasil pengamatan <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan strategi penyerangan dan pertahanan pada pertandingan pencak silat berdasarkan hasil pengamatan . Mengidentifikasi teknik pencak silat berdasarkan hasil dari pengamatan. Memperagakan berbagai strategi dan taktik menyerang dalam pertandingan pencak silat . Memperagakan berbagai strategi dan taktik bertahan dalam pertandingan pencak silat . <p>Mengasosiakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat menerapkan strategi penyerangan dan pertahanan pertandingan pencak silat . Mengetahui cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Ruangan atau halaman sekolah Arena pencak silat Goong Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>sering dilakukan saat menerapkan strategi penyerangan dan pertahanan pertandingan pencak silat .</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan jenis serangan dan pertahanan yang tepat dalam rangka memenangkan suatu pertandingan. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan pertandingan pencak silat dengan menerapkan teknik dan strategi yang sudah dipelajarinya menggunakan peraturan dimodifikasi dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bertanding. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
6. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
7. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
2. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.5 Mengevaluasi beberapa rangkaian senam lantai</p> <p>4.5 Memperagakan beberapa rangkaian senam lantai</p>	Senam Lantai.	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan rangkaian senam lantai; sikap lilin, berdiri dengan satu kaki, berguling ke depan atau ke belakang, meroda, run of, kayang, dll yang dilakukan oleh sesama peserta didik atau guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang peragaan rangkaian senam lantai ; sikap lilin, berdiri dengan satu kaki, berguling ke depan atau ke belakang, meroda, run of, kayang, dll berdasarkan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan prinsip-prinsip merangkai dan mengevaluasi kualitas gerakan (<i>execution</i>) senam yang dirangkai . Mengevaluasi rangkaian senam lantai; sikap lilin, berdiri dengan satu kaki, berguling ke depan atau ke belakang, meroda, run of, kayang, dll. Memperagakan berbagai rangkaian gerakan senam lantai. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan rangkaian senam lantai . Mengetahui cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Matras senam Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>dilakukan saat melakukan rangkaian gerakan senam lantai sesuai hasil evaluasi.</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperagakan rangkaian senam lantai ; sikap lilin, berdiri dengan satu kaki, berguling ke depan atau ke belakang, meroda, run of, kayang, dll secara individu dengan menerapkan teknik yang sudah dipelajarinya dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>					
<p>3.6 Menganalisis dan merancang koreografi aktivitas gerak ritmik, serta mengevaluasi kualitas gerakan (<i>execution</i>).</p> <p>4.6 Memperagakan dan mengevaluasi rangkaian aktivitas gerak ritmik (masing-masing tiga hingga lima gerak).</p>	Aktivitas Rimik	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati tayangan rangkaian gerak ritmik atau senam aerobik melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian peserta didik menanyakan kepada sesama peserta didik atau kepada guru tentang rangkain senam ritmik (aerobik) berdasarkan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan koreografi aktivitas gerak rimik dan mengevaluasi kualitas gerakan (<i>execution</i>). Memperagakan koreografi berbagai langkah gerakan senam ritmik . Memperagakan koreografi berbagai gerakan ayunan lengan. Memperagakan rangakain gerakan langkah kaki dan ayunan satu . <p>Mengasosiakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan koreografi aktivitas gerak senam ritmik sehingga dapat melakukan dengan benar. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan senam ritmik tanpa menggunakan alat (senam poco-poco, cha-cha, aerobic, dll) dengan 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Lapangan Tipe recorder Kaset senam ritmik Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		menunjukkan perilaku kerjasama kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.			

SILABUS : SMA/MA/SMK/SMAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>					
<p>3.7 Menganalisis jenis alat/instrumen berbasis ilmiah yang digunakan untuk mengukur kekuatan otot, daya tahan otot, kapasitas aerobik, fleksibilitas, dan komposisi tubuh.</p> <p>4.7 Mengukur kekuatan otot, daya tahan otot, kapasitas aerobik, fleksibilitas, dan komposisi tubuh dengan menggunakan penilaian yang berhubungan dengan kesehatan kebugaran berbasis ilmiah.</p>	Aktivitas Kebugaran Jasmani	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • .Mengamati tayangan yang berkaitan dengan aktivitas kebugaran jasmani melalui media audio visual yang telah disiapkan oleh guru. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok atau individual peserta didik menanyakan berbagai macam program/aktivitas untuk peningkatan kebugaran jasmani. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sebelum proses pembelajaran peserta didik diberikan tugas untuk mencari contoh program/aktivitas untuk peningkatan kebugaran jasmani melalui media internet, buku referensi yang ada di perpustakaan maupun majalah yang relevan • Mendiskusikan prinsip-prinsip pengembangan program peningkatan kualitas kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan. • Memperagakan berbagai bentuk latihan kelentukan. • Memperagakan berbagai bentuk latihan kelincahan. • Memperagakan berbagai bentuk latihan kecepatan. • Memperagakan berbagai bentuk latihan daya tahan. • Memperagakan berbagai bentuk latihan kekuatan otot. <p>Mengasosia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan aktivitas 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan cacatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Lapangan • Palang tunggal • Matras senam • Formulir tes • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. • TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>kebugaran jasmani .</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan bentuk latihan yang sesuai yang dapat meningkatkan kebugaran. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tes kebugaran jasmani (lari cepat 60 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/1.000 pi dan 1.200 m pa) secara berkelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan pada nilai-nilai kerjasama, sportifitas, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian. Menghitung hasil tes kebugaran jasmani (lari cepat 60 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/1.000 pi dan 1.200 m pa) secara individual dan berkelompok dan menunjukkan pada nilai-nilai kerjasama, memecahkan masalah, dan ketelitian. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Belajar menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.8 Menganalisis gerakan keterampilan 3 gaya renang untuk memperbaiki keterampilan gerak dan menganalisis penyelamatan/pertolongan kegawatdaruratan di air, serta tindakan lanjutan di darat</p> <p>4.8 Mempraktikkan keterampilan 3 gaya renang dan renang penyelamatan/pertolongan kegawatdaruratan di air, serta tindakan lanjutan di darat.</p>	Aktivitas Renang	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati gerakan renang gaya bebas, punggung dan dada melalui media audio visual yang disiapkan oleh guru maupun yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik yang lainnya. Mengamati gerakan renang penyelamatan melalui media audio visual yang disiapkan oleh guru maupun yang diperagakan oleh guru ataupun peserta didik yang lainnya dan membuat catatan-catatan <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Menanyakan teknik dari bermacam macam gaya renang.. Secara bergantian menanyakan gerakan rangkaian renang penyelamatan berdasarkan hasil pengamatan. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan teknik gerakan renang gaya bebas, dada dan punggung dan membuat kesimpulannya Memperagakan rangkaian gerakan renang gaya bebas. Memperagakan rangkaian gerakan renang gaya dada. Memperagakan rangkaian gerakan renang gaya punggung. Memperagakan cara memberikan pertolongan dia air <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan renang gaya (bebas, dada dan 	<p>Unjuk kerja: untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses</p> <p>Observasi untuk mengukur aspek afektif dan psikomotor selama proses.</p> <p>Tes: untuk mengukur pengetahuan berkaitan dengan teori, prinsip/konsep, dan aturannya.</p> <p>Portofolio: berkaitan dengan catatan hasil penamatan atau tugas</p>	4 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Kolam renang Pelampung renang Kaca mata renang Peluit Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. TV/Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>punggung) menempuh jarak (50 m) secara individual/berkelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan simulasi rangkaian cara memberikan pertolongan kegawatdaruratan di air secara kelompok dengan koordinasi yang baik dan menunjukkan perilaku kerjasama, sportifitas, toleransi, disiplin, memecahkan masalah, menghargai teman, keberanian dan tanggungjawab. 			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.					

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.9 Memahami berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar NARKOBA dan psikotropika.</p> <p>4.9 Menyajikan berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar NARKOBA dan psikotropika</p>	Budaya Hidup Sehat	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Membaca buku perundang undangan yang berkaitan dengan penyalahgunaan NARKOBA . Memperhatikan penjelasan guru tentang undang undangan penyalahgunaan NARKOBA. <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang perundang undangan yang berkenaan dengan penyalahgunaan NARKOBA hasil dari kajian. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi/ referensi yang berkenaan dengan perundang undangan penyalahgunaan NARKOBA melalui kajian pustaka baik media elektronik (internet) maupun media cetak. Mendiskusikan berbagai peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar NARKOBA dan membuat laporan hasil diskusi secara berkelompok. Mengidentifikasi jenis-jenis tindak pidana pengguna dan pengedar NARKOBA secara berkelompok. Mendiskusikan cara pencegahan dan penanggulangan terhadap penggunaan NARKOBA. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengonsumsi/menyalahgunakan obat penenang yang sebetulnya obat-obatan itu didapatkan dengan resep dokter dan penyakit tertentu Ada pandangan yang salah bahwa mengonsumsi narkoba dapat meningkatkan percaya diri dan prestasi. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas berkaitan dengan peraturan perundangan serta konsekuensi hukum bagi para pengguna dan pengedar NARKOBA dan psikotropika serta 	<p>Penugasan pencarian informasi.</p> <p>Observasi pada saat diskusi.</p> <p>Tes pengetahuan keshatan</p>	1 X 3 JP	<ul style="list-style-type: none"> Laptop LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Pusurbuk Kemdikbud, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud. Internet

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama beraktivitas.			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan..

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.					
3.10 Memahami beberapa faktor yang dapat	Budaya	Mengamati	Penugasan	1 X 3 JP	• Laktop

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>mencegah perilaku terkait yang menjerus kepada STDS (Sexually Transmitted Disease), AIDS dan kehamilan</p> <p>4.10 Menyajikan berbagai upaya untuk mencegah perilaku terkait yang menjerus kepada STDS (Sexually Transmitted Disease), AIDS dan kehamilan.</p>	Hidup Sehat	<ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan penjelasan guru tentang STDS, AIDS dan kehamilan di luar nikah <p>Menanyakan</p> <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang STDS, AIDS dan kehamilan diluar nikah berdasarkan hasil pengamatan <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi/ referensi yang berkenaan dengan STDS, AIDS dan kehamilan diluar nikah melalui kajian pustaka baik media elektronik (internet) maupun media cetak. Mendiskusikan faktor-faktor yang dapat mencegah perilaku yang menjerus kepada STDS secara berkelompok. Mendiskusikan faktor-faktor yang dapat mencegah perilaku yang menjerus kepada AIDS secara berkelompok. Mendiskusikan faktor-faktor yang dapat mencegah perilaku yang menjerus kepada kehamilan secara berkelompok. Mendiskusikan pengaruh makan-makanan yang sehat terhadap kehamilan dan kelahiran yang sehat secara berkelompok. Mendiskusikan pengaruh tidak merokok terhadap kehamilan dan kelahiran yang sehat secara berkelompok. Mendiskusikan pengaruh tidak meminum-minuman yang mengandung alkohol terhadap kehamilan dan kelahiran yang sehat secara berkelompok. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Ada pandangan yang salah bahwa dengan merokok dapat mendapatkan ide/terinspirasi. Ada pandangan yang salah bahwa meminum alkohol dapat memecahkan segala masalah yang dihadapi.. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan 	<p>pencarian infomasi.</p> <p>Observasi pada saat diskusi.</p> <p>Tes pengetahuan keshatan</p>		<ul style="list-style-type: none"> LCD Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		tanggungjawab selama melakukan aktivitas.			

SILABUS : SMA/MA/SMK/MAK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 Kelas : XII
 Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebabfenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugrah Tuhan yang tidak ternilai 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta					
2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.4. Menunjukkan kemauan bekerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.					
3.11 Memahami dampak dan penanggulangan Penyakit Menular Seksual (PMS) terhadap	Budaya Hidup Sehat	Mengamati • Memperhatikan penjelasan guru tentang penyakit menular	Penugasan pencarian	1 X 3 JP	• Laktop • LCD

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
diri sendiri, keluarga dan masyarakat 4.11 Menyajikan dampak dan penanggulangan Penyakit Menular Seksual (PMS) terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat		seksual (PMS). Menanyakan <ul style="list-style-type: none"> Secara bergantian menanyakan kepada sesama peserta didik maupun guru tentang penyakit menular seksual (PMS) terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat yang merupakan hasil pengamatan berdasarkan hasil pengamatan. Mengeksplorasi <ul style="list-style-type: none"> Mencari berbagai informasi/ referensi yang berkenaan dengan penyakit menular seksual (PMS) melalui kajian pustaka baik media elektronik (internet) maupun media cetak dan membuat laporan Mendiskusikan hakekat, macam-macam dampak, cara menghindari dan menanggulangi penyakit menular seksual (PMS). Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Kesenangan sesaat tapi tidak memperdulikan dampak yang dapat ditimbulkannya. Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas berkaitan dengan penyakit menular seksual dengan menunjukkan perilaku disiplin, kerjasama, toleransi, dan tanggungjawab selama melakukan aktivitas. 	informasi. Observasi pada saat diskusi. Tes pengetahuan kesehatan		<ul style="list-style-type: none"> Alat praga Poster Sumber: Buku Penjasorkes SMA Kelas XII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud. Internet

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs.H. Sumarman
NIP.19620812 198903 1014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar
Alokasi Waktu	: 6 jam (2 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.1 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besarsesuai hasil analisis dan kategorisasi

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menjelaskan salah satu permainan olahraga beregu bola besar, sepak bola
2. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan / passing), berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengontrol), berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (Menggiring/ dribbling), berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
4. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (menembak / shooting) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.
5. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi,
Karakter siswa yang diharapkan: kerja keras, jujur, mandiri

D. Materi Pembelajaran (rincian dari Materi Pokok)

Permainan Sepakbola

1. Konsep dasar permainan sepak bola
2. Latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik.

- Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.
Konsep nilai-nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri

E. Metode Pembelajaran

- Pendekatan: saintifik (*scientific*)
- Resiprokal

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

- Media :
- Alat/Bahan : lapangan, bola sepak, cone, peluit
- Sumber Belajar : Buku Penjas Orkes Kurikulum 2013, Peraturan Sepak Bola

**G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan 1**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing, mengotrol, dribling dan shooting sepak bola saat di SMP. Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari Persiapan Fisik dan Mental Urutan pemanasan: <ul style="list-style-type: none"> - Penguluran otot-otot (<i>straiching</i>) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari - Lari keliling lapangan basket 3 kali 	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang kompeten tentang ketrampilan gerak teknik dasar yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang). <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai ketrampilan gerak teknik dasar (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) Mencari berbagai informasi tentang ketrampilan gerak teknik dasar serta menyusun rencana yang ada dalam permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikanketerampilan gerak teknik mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola ke gawang dan membuat kesimpulannya. Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik 	120 Menit

	<p>dasar keterampilan gerak permainan sepakbola serta menyusun rencana perbaikan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mendiskusikan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola dan membuat kesimpulannya. • Peserta didik mencoba mempraktikkan teknik dasar permainan sepak bola dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memilih/memutuskan cara mengumpan, mengontrol, menggiring, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah datangnya bola. • Memutuskan cara mengumpan, dan menembak bola dengan baik sesuai dengan arah sasaran. serta menyusun rencana <p>Mengomunikasikan</p> <p>Bermain sepakbola menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik menendang, menahan, menggiring, dan menembak bola ke gawang yang telah dipelajarinya dan menyusun rencana serta menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p>	
Penutup	<p>a. Kesimpulan Guru memberi kesimpulan tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola . Guru memperagakan lagi gerakan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola</p> <p>b. Refleksi Guru menanyakan kembali tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola siswa memperagakan lagi teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola benar.</p> <p>c. Tindak lanjut Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola dengan menggunakan bola ataupun tanpa bola.</p>	25 Menit

Pertemuan 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing, mengotrol, dribling dan shooting sepak bola saat di SMP. • Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya • Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari • Persiapan Fisik dan Mental <p>Urutan pemanasan:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Penguluran otot-otot (straiching) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot 	15 Menit

Penutup	<p>a. Kesimpulan Guru memberi kesimpulan tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola . Guru memperagakan lagi gerakan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola</p> <p>b. Refleksi Guru menanyakan kembali tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola siswa memperagakan lagi teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola benar.</p> <p>c. Tindak lanjut Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola dengan menggunakan bola ataupun tanpa bola.</p>	25 Menit
---------	---	----------

H. Penilaian

Penilaian Hasil Belajar (Kognitif, Afektif, Psikomotor)

a. Tes psikomotor

Lakukan teknik dasar menendang, menahan/mengontrol, menggiring dan menembak bola sepak, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 kali > 20 kali	100%	Sangat Baik
21 – 24 kali	16 – 19 kali	90%	Baik
17 – 20 kali	12 – 15 kali	80%	Cukup
11 – 16 kali	8 – 11 kali	70%	Kurang
..... < 11 kali < 8 kali	60%	Kurang Sekali

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 kali > 15 kali	100%	Sangat Baik
16 – 19 kali	12 – 14 kali	90%	Baik
11 – 14 kali	8 – 11 kali	80%	Cukup
7 – 10 kali	5 – 7 kali	70%	Kurang
..... < 7 kali < 5 kali	60%	Kurang Sekali

1. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
2.																					
dst																					
		JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																			

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

2. Tes Pengetahuan (Kognitif)

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
dst																		
		JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola penyerang dalam permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam pola penyerangan dalam permainan sepakbola!
3.	Jelaskan cara bermain untuk pemain penyerang!
4.	Jelaskan cara bermain untuk pemain tengah!
5.	Jelaskan cara bermain untuk pemain belakang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs.H.Sumarman
NIP.19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar
Alokasi Waktu	: 6 jam (2 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.1 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besarsesuai hasil analisis dan kategorisasi

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing bawah.
2. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar passing atas.
3. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar servis.
4. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar smash;
5. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi bermain bola voli (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan koordinasi gerak yang baik.
7. Siswa dapat bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.
8. Siswa dapat menunjukkan nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri*

D. Materi Pembelajaran (rincian dari Materi Pokok)

Permainan Bolavoli

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

F. Metode Pembelajaran

3. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
4. Resiprokal

H. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media :
2. Alat/Bahan : lapangan bola voli, bola voli, peluit
3. Sumber Belajar : Buku Penjas Orkes Kurikulum 2013, Peraturan bola voli

**I. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan 1**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari</p>	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash). Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang telah diamati. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan bolavoli serta menyusun rencana perbaikan Memperagakan teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih/memutuskan passing yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola maupun kecepatannya. Memilih/memutuskan jenis servis dan kecepatan bola yang akan digunakan untuk menyulitkan lawan. <p>Mengomunikasikan</p> <p>Bermain bolavoli dengan menerapkan keterampilan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p>	120 Menit

Penutup	Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar. Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	25 Menit
---------	---	----------

Pertemuan 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash). Mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung dan selanjutnya membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) yang telah diamati. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan teknik dasar keterampilan gerak permainan bolavoli serta menyusun rencana perbaikan Memperagakan teknik dasar permainan bola voli (passing bawah, passing atas, servis, dan smash) dengan benar sesuai dengan yang diperagakan oleh guru <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Memilih/memutuskan passing yang harus dilakukan sesuai dengan arah datangnya bola maupun kecepatannya. Memilih/memutuskan jenis servis dan kecepatan bola yang 	60 Menit

	<p>akan digunakan untuk menyulitkan lawan.</p> <p>Mengomunikasikan</p> <p>Bermain bolavoli dengan menerapkan keterampilan teknik permainan yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>Uji kompetensi permainan sepakbola yang terdiri dari :</p> <p>a. Uji kompetensi passing permainan bolavoli</p> <p>b. Uji kompetensi servis permainan bolavoli</p> <p>c. Uji kompetensi smash tanpa awalan permainan bolavoli</p> <p>Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli</p>	60 menit
Penutup	<p>Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru</p> <p>Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar.</p> <p>Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari</p> <p>Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari</p> <p>Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai.</p>	25 Menit

I. Penilaian

Teknik dan Bentuk Penilaian

1. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar passing, servis dan smash, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolavoli (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Passing					Servis					Smash					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
Dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (passing bawah dan passing atas) bola dilambungkan sendiri oleh tester/siswa) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
27 – 34 kali	22 – 29 kali	90%	Baik
19 – 26 kali	14 – 21 kali	80%	Cukup
11 – 18 kali	7 – 13 kali	70%	Kurang
..... < 11 kali < 7 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis bawah) melewati net/jaring sebanyak 6 kali servis bawah (Skor maksimal 6 X 5 = 30).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
18 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
13 – 17 angka	12 – 16 angka	80%	Cukup
8 – 12 angka	7 – 11 angka	70%	Kurang
..... < 8 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Smash) melewati net/jaring sebanyak 6 kali smash (Skor maksimal 6 X 5 = 30).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
20 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
15 – 19 angka	10 – 14 angka	80%	Cukup
10 – 14 angka	7 – 9 angka	70%	Kurang
..... < 10 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

2. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA						
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas					
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3			
1.																								
dst																								
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																								

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolavoli dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA						
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5										
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3								
1.																								
dst																								
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																								

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan hal-hal yang harus diperimbangkan dalam melakukan pola penyerangan!
2.	Sebutkan macam-macam sistem penyerangan dalam permainan bolavoli!
3.	Sebutkan tahap-tahap dalam melakukan pola pertahanan!
4.	Sebutkan macam-macam sistem pertahanan dalam permainan bolavoli!
5.	Jelaskan cara bermain bolavoli!

Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) =

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP.19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar
Alokasi Waktu	: 3 jam (1 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besarsesuai hasil analisis dan kategorisasi

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menjelaskan teknik dasar bermain bola basket.
2. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi teknik dasar permainan bolabasket.
3. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi lempar tangkap (passing).
4. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi menggiring (dribbling).
5. Siswa dapat melakukan latihan koordinasi tembakan bola (shooting) (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi gerak yang baik.
6. Siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.
7. Siswa dapat menunjukkan nilai-nilai sikap kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri.

D. Materi Pembelajaran (rincian dari Materi Pokok)

Permainan Bolabasket

1. Konsep latihan koordinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi gerak yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.
3. Konsep nilai-nilai sikap *kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri*

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media :
2. Alat/Bahan : lapangan bola basket, bola basket, cone, peluit
3. Sumber Belajar : Buku Penjas Orkes Kurikulum 2013, Peraturan bola basket

**G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan 1**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari	15 Menit
Inti	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati peragaan yang dilakukan oleh guru ataupun peserta didik lainnya yang berkompeten tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring). Menanya <ul style="list-style-type: none">• Setiap peserta didik secara bergantian mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) yang telah diamati. Mengeksplorasi <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik diberikan tugas untuk mencari berbagai informasi tentang teknik dasar permainan bola basket (melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring) melalui Video, TV, media yang lain ataupun pengamatan langsung.• Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara memperbaiki kesalahan yang sering dilakukan saat memprakkan gerak teknik dasar permainan bola basket dan menyusun rencana perbaikan serta membuat kesimpulannya.• Peserta didik memperagakan berbagai teknik dasar keterampilan gerak melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola ke ring basket dengan benar sesuai yang diperagakan. Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Menganalisis gerakan teknik dasar permainan bola basket dengan memilah gerakan-gerakan untuk diterapkan dalam permainan. Mengomunikasikan <p>Bermain bolabasket dengan menerapkan teknik yang telah dipelajari menggunakan peraturan dimodifikasi dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain</p>	120 Menit

Penutup	Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar. Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	25 Menit
---------	---	----------

H. Penilaian

Teknik dan Bentuk Penilaian

1. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, dan menembak bola ke ring basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

No	Nama Siswa	Lempar tangkap					Menggiring					Menembak					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar dan menangkap bolabasket) bola dilempar dan ditangkap ke arah sasaran dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 rintangan > 15 rintangan	100%	Sangat Baik
16 – 19 rintangan	12 – 14 rintangan	90%	Baik
12 – 15 rintangan	9 – 11 rintangan	80%	Cukup
8 – 11 rintangan	6 – 8 rintangan	70%	Kurang
..... < 8 rintangan < 6 rintangan	60%	Kurang Sekali

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 masuk > 17 masuk	100%	Sangat Baik
17 – 19 masuk	14 – 16 masuk	90%	Baik
13 – 16 masuk	11 – 13 masuk	80%	Cukup
10 – 12 masuk	8 – 10 masuk	70%	Kurang
..... < 10 masuk < 8 masuk	60%	Kurang Sekali

2. Tes Sikap (Afektif)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA							
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3				
1.																									
2.																									
3.																									
dst																									
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																									

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksima}} \times 100\%$$

3. Tes Pengetahuan (Kognitif)

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA							
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5											
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3									
1.																									
2.																									
3.																									
dst																									
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																									

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan formasi pemain dalam permainan bolabasket!
2.	Sebutkan formasi pemain permainan bolabasket!
3.	Sebutkan fungsi pemain guard dalam permainan bolabasket!
4.	Sebutkan fungsi pemain foward dalam permainan bolabasket!
5.	Sebutkan fungsi pemain center dalam permainan bolabasket!

Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo, S.Pd
NIP.19701120 200701 013



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Atletik
Alokasi Waktu	: 6 jam (2 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan
- 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat)
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).
3. Siswa dapat melakukan perlombaan lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).
4. *Karakter siswa yang diharapkan: kerja keras, jujur, mandiri*

D. Materi Pembelajaran (rincian dari Materi Pokok) Atletik (Lompat jauh) *

1. Teknik dasar lari lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat). dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat). yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media :
2. Alat/Bahan : bak pasir, lapangan, cone, kardus, peluit

**G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan 1**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari</p>	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari buku atau pun media yang lainnya • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).serta menyusun rencana perbaikan. • Memperagakan berbagai variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang, tumpuan, saat melayang di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara.. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain</p>	120 Menit
Penutup	<p>Siswa disiapkan dan diistirihatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar. Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan</p>	25 Menit

	teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	
--	--	--

Pertemuan 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menggali informasi berkaitan dengan teknik dasar lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat jauh gaya berjalan di udara (awalan/ancang-ancang, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).serta menyusun rencana perbaikan. Memperagakan berbagai variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan/ancang-ancang, tumpuan, saat melayang di udara dan mendarat lompat jauh gaya berjalan di udara.. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan perlombaan lompat jauh menggunakan gaya berjalan di udara menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung-jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain Uji kompetensi lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).</p>	60 Menit

Penutup	Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar. Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	25 Menit
---------	---	----------

H. Penilaian

Teknik dan Bentuk Penilaian

1. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lari halang rintang 3.000, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan Lompat					Mendarat					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 4.50 meter > 3.50 meter	100%	Sangat Baik
4.00 – 4.49 meter	3.00 – 3.49 meter	90%	Baik
3.50 – 3.99 meter	2.50 – 2.99 meter	80%	Cukup
3.00 – 3.49 meter	2.00 – 2.49 meter	70%	Kurang
..... < 2.99 meter < 1.99 meter	60%	Kurang Sekali

2. Tes Sikap (Afektif)

penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	N A			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

3. Tes Pengetahuan (Kognitif)

format penilaian pembelajaran teknik dasar lompat jauh dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
dst																		

JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Jumlah skor maksimal

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan gaya lompat jauh!
2.	Sebutkan unsur-unsur fisik yang harus dimiliki oleh pelompat jauh!
3.	Sebutkan istilah lain lompat jauh gaya menggantung!
4.	Jelaskan cara melakukan lompat jauh gaya menggantung!
5.	Jelaskan tiga unsure utama dalam melakukan lompat jauh !

Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
dst							
Nilai Rata-rata							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}} \times 100\%$$

Tiga Aspek Penilaian

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XI/ 1
Materi Pokok	: Atletik
Alokasi Waktu	: 6 jam (2 kali pertemuan)

A. Kompetensi Inti (KI)

- KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
- KI 2 : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia
- KI 3 : Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

B. Kompetensi Dasar dan Indikator

- 3.3 Menganalisis dan mengategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan
- 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan atletik lompat tinggi dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

D. Materi Pembelajaran (rincian dari Materi Pokok) Atletik (Lompat tinggi *)

1. Teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lompat tinggi dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Resiprokal

F. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media :
2. Alat/Bahan : bak pasir, mistar lompat tinggi, busa, lapangan, cone, bilah, kardus, peluit

**G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan 1**

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari</p>	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memperhatikan gerakan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menggali informasi berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari buku atau pun media yang lainnya • Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat).serta menyusun rencana perbaikan • Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistardan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan dimodifikasi dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain</p>	120 Menit
Penutup	<p>Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar. Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik</p>	25 Menit

	yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	
--	--	--

Pertemuan 2

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<p>Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa mendapatkan uppersepsi dan motivasi dari guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi yang akan dipelajari Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya. Pemanasan dipimpin oleh salah satu siswa yang ditunjuk Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Lari keliling lapangan basket 3 kali - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari</p>	15 Menit
Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperhatikan gerakan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) yang diperagakan guru atau peserta didik yang mampu. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik menyampaikan pertanyaan secara bergantian berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengeksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menggali informasi berkaitan dengan teknik lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan pendaratan) dari buku atau pun media yang lainnya Mendiskusikan kesalahan-kesalahan dan cara perbaikan kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan variasi dan kombinasi teknik gerakan lompat tinggi gaya straddle (awalan, tolakan, sikap tubuh di atas mistar, dan sikap tubuh sewaktu mendarat).serta menyusun rencana perbaikan Memperagakan variasi dan kombinasi teknik gerakan awalan, tumpuan, sikap tubuh di atas mistardan sikap tubuh saat mendarat lompat tinggi gaya straddle. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Menentukan awalan dan tumpuan dengan tepat untuk mendapatkan lompatan yang baik. <p>Mengomunikasikan</p> <p>Melakukan perlombaan lompat tinggi gaya straddle dengan menerapkan teknik yang telah dipelajarinya menggunakan peraturan dimodifikasi dan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain Uji kompetensi lompat tinggi gaya straidle (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).</p>	60 Menit
Penutup	<p>Siswa disiapkan dan diistirahatkan oleh guru Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang teknik yang dipelajari atau ditegaskan kembali teknik yang dipelajari dengan memperagakan kembali teknik yang benar.</p>	25 Menit

	Siswa mendapat pertanyaan dari guru tentang penguasaan teknik yang baru saja dipelajari Siswa diberikan tugas mandiri diluar jam sekolah tentang teknik yang dipelajari Siswa dipimpin berdo'a oleh guru, pelajaran selesai	
--	---	--

H. Penilaian

1. Aspek Penilaian
 - a. Psikomotor

Lakukan teknik dasar lompat tinggi, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan tingginya melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

penilaian proses teknik dasar lompat tinggi (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
Ds																				
b																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Penilaian produk/prestasi teknik dasar (Lompat tinggi).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 1.60 meter > 1.50 meter	100%	Sangat Baik
1.50 – 1.59 meter	1.40 – 1.49 meter	90%	Baik
1.40 – 1.49 meter	1.30 – 1.39 meter	80%	Cukup
1.30 – 1.39 meter	1.20 – 1.29 meter	70%	Kurang
..... < 1.30 meter < 1.20 meter	60%	Kurang Sekali

1. Tes Sikap (Afektif)

Penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

2. Tes Pengetahuan (Kognitif)

format penilaian pembelajaran teknik dasar lompat tinggi dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA		
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1.																				
2.																				
dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																				

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam gaya lompat tinggi!
2.	Jelaskan cara melakukan awalan lompat tinggi!
3.	Jelaskan cara melakukan tumpuan lompat tinggi!
4.	Jelaskan cara melakukan melewati mistar lompat tinggi!
5.	Jelaskan cara melakukan mendarat lompat tinggi!

7. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 14 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs.H. Sumarman
NIP.19620812 198903 1014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 1 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XII/ 1
Alokasi Waktu	: 2 kali pertemuan (4x45 menit)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola besar lanjutan serta dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).
Indikator	: 1. Menjelaskan proses variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepak bola. 2. Melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik. 3. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menjelaskan proses variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepak bola.
2. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri*.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Sepakbola


1. Konsep dasar variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepak bola.
2. Variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, mengontrol, menggiring dan menembak) berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dalam bentuk formasi permainan dengan koordinasi yang baik.
3. Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

B. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)

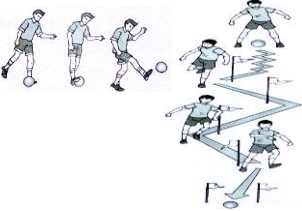
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

**C. Langkah-langkah Pembelajaran
Pertemuan ke 1 sampai 3**

Gambar / Formasi	Pelaksanaan Kegiatan	Metode
<p style="text-align: center;">X X X X X X X X X X X X X X X X X X</p> <p style="text-align: center;">0</p>	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apersepsi Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing, mengotrol, dribling dan shooting sepak bola saat di SMP. b. Motivasi Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya c. Penyampaian tujuan pembelajaran Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari d. Persiapan Fisik dan Mental Pemanasan dipimpin oleh guru. Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (<i>straiching</i>) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari - Lari keliling lapangan basket 3 kali 	<p>Demonstrasi</p>
 <p>Punggung kaki Kaki dalam</p> <p>Mengontrol</p>	<p>2. Kegiatan Inti (60 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Eksplorasi <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan latihan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. 2. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. 3. Bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan. b. Elaborasi Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). c. Konfirmasi Penjelasan cara melakukan latihan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. Penjelasan cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring bola berpasangan dan berkelompok menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki dengan koordinasi yang baik. 	<p><i>Inclusive</i> (cakupan) Bagian dan keseluruhan (<i>Part and whole</i>) Permainan (<i>game</i>) Saling menilai sesama teman (<i>Resiprocal</i>)</p>

XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXX O	3. Kegiatan Penutup (15 menit) a. Kesimpulan Guru memberi kesimpulan tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola . Guru memperagakan lagi gerakan teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola b. Refleksi Guru menanyakan kembali tentang teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola siswa memperagakan lagi teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola benar. c. Tindak lanjut Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola dengan menggunakan bola ataupun tanpa bola.	
---	---	--

Pertemuan 4

Gambar / Formasi	Pelaksanaan Kegiatan	Metode
	1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit) a. Apersepsi Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing, mengotrol, dribling dan shooting sepak bola saat di SMP. b. Motivasi Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya c. Penyampaian tujuan pembelajaran Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari d. Persiapan Fisik dan Mental Pemanasan dipimpin oleh guru. Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari - Lari keliling lapangan basket 3 kali	
	2. Kegiatan Inti (70 menit) Uji kompetensi permainan sepakbola yang terdiri dari : a. Uji kompetensi menendang dan mengontrol bola sepak b. Uji kompetensi menggiring bola sepak c. Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan sepakbola	
	3. Kegiatan Penutup (10 menit) a. Kesimpulan Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil penampilan menendang, mengontrol, menggiring dan bermain sepak bola. b. Refleksi Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan menendang, mengontrol, menggiring dan bermain sepak bola yang benar. c. Tindak lanjut	

	Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik menendang, mengontrol, menggiring dan bermain sepak bola, yang telah tuntas diberikan pengayaan untuk menjadi petugas uji kompetensi remidi permainan sepak bola.	
--	---	--

D. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Bola sepak atau sejenisnya
- Lapangan permainan sepakbola atau lapangan sejenisnya
- Tiang gawang
- Tiang pancang atau sejenisnya
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran

- Media cetak
 - Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - Buku permainan sepakbola
- Media elektronik
 - Audio/video visual teknik dasar permainan sepakbola
 - Rekaman/cuplikan pertandingan sepakbola (liga sepakbola)

E. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar menendang, menahan/mengontrol, menggiring dan menembak bola sepak, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan sepakbola (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Mengumpan					Mengontrol					Menggiring					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menendang dan menahan bola ke sasaran tembok) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 30 kali > 25 kali	100%	Sangat Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	90%	Baik
20 – 24 kali	15 – 19 kali	80%	Cukup
15 – 19 kali	10 – 14 kali	70%	Kurang
..... < 15 kali < 10 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 rintangan > 20 rintangan	100%	Sangat Baik
20 – 24 rintangan	16 – 19 rintangan	90%	Baik
15 – 19 rintangan	11 – 14 rintangan	80%	Cukup
10 – 14 rintangan	7 – 10 rintangan	70%	Kurang
.... < 10 rintangan < 7 rintangan	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	N A			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan sepakbola dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5							
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3					
1.																					
2.																					
3.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																					

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan variasi dan kombinasi permainan sepakbola!
2.	Sebutkan macam-macam formasi dalam permainan sepakbola!
3.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-2-4!
4.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-3-3!
5.	Jelaskan cara bermain sepakbola dengan formasi 4-4-2!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
dst.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}} \times 100\%$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XII/ 1
Alokasi Waktu	: 2 kali pertemuan (4x 45 menit)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola besar lanjutan serta dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).
Indikator	: 1. Menjelaskan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. 2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. 3. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat menjelaskan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri*.

B. Materi Pembelajaran *Permainan Bolavoli*

1. Konsep variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.

3. Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

**D. Langkah-langkah Pembelajaran
Pertemuan ke 1 sampai 3**

Gambar / Formasi	Pelaksanaan Kegiatan	Metode
	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Apersepsi Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. saat di SMP. b. Motivasi Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya c. Penyampaian tujuan pembelajaran Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari d. Persiapan Fisik dan Mental Pemanasan dipimpin oleh guru. Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (<i>straiching</i>) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari - Lari keliling lapangan basket 3 kali 	
	<p>2. Kegiatan Inti (60 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Eksplorasi Siswa melakukan latihan teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan latihan teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik. b. Elaborasi Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi). c. Konfirmasi Penjelasan serta koreksi cara melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar 	

	<p>passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dengan menggunakan dengan koordinasi yang baik.</p> <p>Siswa melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, dan smash.</p>	
	<p>3. Kegiatan Penutup (15 menit)</p> <p>a. Kesimpulan Guru memberi kesimpulan tentang passing bawah, passing atas, servis dan smash benar. Guru memperagakan lagi gerakan passing bawah, passing atas, servis dan smash benar.</p> <p>b. Refleksi Guru menanyakan kembali tentang teknik passing bawah, passing atas, servis dan smash serta salah satu siswa memperagakan lagi gerakan passing bawah, passing atas, servis dan smash benar.</p> <p>c. Tindak lanjut Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik passing bawah, passing atas, servis dan smash dengan menggunakan bola ataupun tanpa bola.</p>	

Pertemuan ke 4

Gambar / Formasi	Pelaksanaan Kegiatan	Metode
	<p>1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)</p> <p>a. Apersepsi Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali akan tehnik passing dan servis saat di SMP.</p> <p>b. Motivasi Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya</p> <p>c. Penyampaian tujuan pembelajaran Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari</p> <p>d. Persiapan Fisik dan Mental Pemanasan dipimpin oleh guru. Urutan pemanasan: - Penguluran otot-otot (straiching) - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari - Lari keliling lapangan basket 3 kali</p>	
	<p>2. Kegiatan Inti (70 menit)</p> <p>Uji kompetensi permainan bola voli</p> <p>a. Uji kompetensi passing permainan bolavoli</p> <p>b. Uji kompetensi servis permainan bolavoli</p> <p>c. Uji kompetensi smash tanpa awalan permainan bolavoli</p> <p>d. Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolavoli</p>	

3. Kegiatan Penutup (10 menit)
 - a. Kesimpulan
Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil penampilan passing bawah, passing atas, servis dan smash.
 - b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan passing bawah, passing atas servis dan smash yang benar.
 - c. Tindak lanjut
Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik passing bawah, passing atas servis dan smash yang telah tuntas diberikan pengayaan untuk menjadi petugas uji kompetensi remidi permainan bola voli.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Bola voli atau sejenisnya
- b. Lapangan permainan bolavoli atau lapangan sejenisnya
- c. Net/jarring bolavoli
- d. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 - 1) Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - 2) Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - 3) Buku permainan bolavoli
- b. Media elektronik
 - 1) Audio/video visual teknik dasar permainan bolavoli
 - 2) Rekaman/cuplikan pertandingan bolavoli (liga bolavoli).

F. Penilaian

a. Penilaian Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar passing, servis, smash dan block, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolavoli (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Passing					Servis					Smash					J ml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (passing bawah dan passing atas) bola dilambungkan sendiri oleh tester/siswa) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
27 – 34 kali	22 – 29 kali	90%	Baik
19 – 26 kali	14 – 21 kali	80%	Cukup
11 – 18 kali	7 – 13 kali	70%	Kurang
..... < 11 kali < 7 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis bawah) melewati net/jaring sebanyak 6 kali servis bawah (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
18 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
13 – 17 angka	12 – 16 angka	80%	Cukup
8 – 12 angka	7 – 11 angka	70%	Kurang
..... < 8 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Smash) melewati net/jaring sebanyak 6 kali smash (Skor maksimal $6 \times 5 = 30$).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 25 angka > 20 angka	100%	Sangat Baik
20 – 24 angka	15 – 19 angka	90%	Baik
15 – 19 angka	10 – 14 angka	80%	Cukup
10 – 14 angka	7 – 9 angka	70%	Kurang
..... < 10 angka < 7 angka	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
2.																					
3.																					
dst																					
		JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																			

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksima}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolavoli dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5							
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3					
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
dst																					
		JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																			

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola dalam permainan bolavoli!
2.	Sebutkan langkah-langkah menyusun suatu pola penyerangan!
3.	Sebutkan empat tahap dalam melakukan smash!
4.	Jelaskan cara melakukan bermain bolavoli dengan sistem cover kalau pemain pada posisi 6 didorong ke depan!
5.	Jelaskan cara melakukan bermain bolavoli dengan sistem mengcover kalau pemain pada posisi 6 didorong ke belakang!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
dst							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2013

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XII / 1
Alokasi Waktu	: 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).
Indikator	: 1. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik. 2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri*.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bolabasket

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. *Inclusive* (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan ke 1 sampai 3

2. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi

- Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
- c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (stretching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
3. Kegiatan Inti (60 menit)
- a. Eksplorasi
Siswa melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
Penjelasan cara melakukan Melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
 - b. Elaborasi
Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim dengan baik dalam bentuk pertandingan (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).
 - c. Konfirmasi
Penjelasan serta koreksi cara melakukan latihan variasi dan kombinasi melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Siswa melakukan latihan melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
4. Kegiatan Penutup (15 menit)
- a. Kesimpulan
Guru memberi kesimpulan cara melakukan variasi dan kombinasi gerak dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
 - b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik sesuai dari uraian guru.

Pertemuan ke 4

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a. Siswa diingatkan kembali tentang materi bola basket pada pertemuan yang lalu.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat rewiw dan penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:

- Penguluran otot-otot (straiching)
- Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
- Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
- Lari keliling lapangan basket 3 kali

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi permainan bolabasket yang terdiri dari :

- a. Uji kompetensi melempar dan menangkap bolabasket
- b. Uji kompetensi menggiring bolabasket
- c. Uji kompetensi menembak bolabasket ke ring
- d. Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bola basket

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

a. Kesimpulan

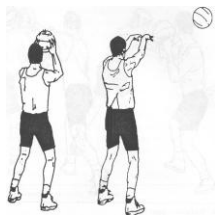
Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil penampilan bola basket melempar,menangkap, menggiring, menembak yang telah ditampilkan.

b. Refleksi

Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi melempar,menangkap, menggiring, menembak yang benar.

c. Tindak lanjut

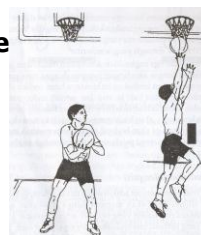
Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih melempar,menangkap, menggiring, menembak dengan menekankan sesuai dari uraian guru, sedangkan siswa yang telah tuntas diberikan pengayaan untuk menjadi petugas uji kompetensi remidi bola basket.



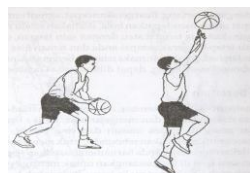
Gambar 1: Over head pass (operan di atas kepala)



Gambar 2: Speed Dribble



Gambar 3: Hook Shot (Tembakan Mengait)



Gambar 4: Lay Up dan Runner

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Bola basket atau sejenisnya
- b. Lapangan permainan bolabasket atau lapangan sejenisnya
- c. Ring basket
- d. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 1. Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 2. Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

3. Buku permainan bolabasket
- b. Media elektronik
 1. Audio/video visual teknik dasar permainan bolabasket
 2. Rekaman/cuplikan pertandingan bolavoli (liga bolabasket)

F. Penilaian

Teknik dan Bentuk Penilaian

1. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola ke ring basket, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bolabasket (Penilaian keterampilan cabang)

No	Nama Siswa	Lempar tangkap					Menggiring					Menembak					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
Dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (melempar dan menangkap bolabasket) bola dilempar dan ditangkap ke arah sasaran dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (menggiring bola) melewati rintangan selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 rintangan > 17 rintangan	100%	Sangat Baik
17 – 19 rintangan	14 – 16 rintangan	90%	Baik
14 – 16 rintangan	11 – 13 rintangan	80%	Cukup
11 – 13 rintangan	8 – 10 rintangan	70%	Kurang
..... < 11 rintangan < 8 rintangan	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Menembak ke ring basket) selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 20 masuk > 17 masuk	100%	Sangat Baik
17 – 19 masuk	14 – 16 masuk	90%	Baik
14 – 16 masuk	11 – 13 masuk	80%	Cukup
11 – 13 masuk	8 – 10 masuk	70%	Kurang
..... < 11 masuk < 8 masuk	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bolabasket dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA			
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5							
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3					
1.																					
2.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																					

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola penyerangan permainan bolabasket!
2.	Sebutkan macam-macam pola penyerangan!
3.	Sebutkan dasar-dasar membuat pola!
4.	Jelaskan cara melakukan adegan 1-3-1 (pola diamond)!
5.	Jelaskan cara melakukan adegan 1-2-1 (pola ault mann)!

G. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
8.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2015
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2013

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)
BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING**

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XII/ 1
Alokasi Waktu	: 2 kali pertemuan
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).
Indikator	: 1. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis memukul forehand, memukul backhand, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik. 2. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis memukul forehand, memukul backhand, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri*.

B. Materi Pembelajaran

Permainan Bulutangkis

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis memukul forehand, memukul backhand, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan dengan koordinasi yang baik.
2. Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (game)
5. Saling menilai sesama teman (resiprocal)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
- b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
- c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
- d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
 - pemanasan khusus bulutangkis

2 .Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Eksplorasi
Siswa melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik, Melakukan latihan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik, latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik, latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- b. Elaborasi
Bermain bulutangkis dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi)
- c. Konfirmasi
Penjelasan serta koreksi cara melakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik. Siswa melakukan latihan melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

3.Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Kesimpulan
Guru memberi kesimpulan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik sesuai dari uraian guru.

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
- b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
- c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
- d. Persiapan Fisik dan Mental

Pemanasan dipimpin oleh guru.

Urutan pemanasan:

- Penguluran otot-otot (straiching)
- Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
- Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
- pemanasan khusus bulutangkis

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi permainan bulutangkis yang terdiri dari :

- Uji kompetensi memukul shuttlecock forehand dan backhand bulutangkis
- Uji kompetensi servis forehand dan backhand bulutangkis
- Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bulutangkis

3.Kegiatan Penutup (10 menit)

a. Kesimpulan

Guru memberi kesimpulan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

b. Refleksi

Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

c. Tindak lanjut

Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik sesuai dari uraian guru.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- Raket
- Shuttlecock
- Lapangan permainan bulutangkis atau lapangan sejenisnya
- Net/jaring bulutangkis
- Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

a. Media cetak

1. Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
2. Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
3. Buku permainan bulutangkis

b. Media elektronik

1. Audio/video visual teknik dasar permainan bulutangkis
2. Rekaman/cuplikan pertandingan bulutangkis

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand servis dan smash, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan bulutangkis (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Pukulan forehand					Pukulan backhand					Servis					Jm l	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (pukulan forehand dan backhand) Shuttlecock dipukulkan ke tembok/dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis) melewati net/jaring sebanyak 20 kali servis (Skor maksimal 20 X 5 = 100).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > Angka 90 > Angka 80	100%	Sangat Baik
Angka 80 – 89	Angka 70 – 79	90%	Baik
Angka 70 – 79	Angka 60 – 69	80%	Cukup
Angka 60 – 69	Angka 50 – 59	70%	Kurang
..... < Angka 60 < Angka 50	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																					
2.																					
3.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan bulutangkis dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola pukulan dalam permainan bulutangkis!
2.	Sebutkan macam-macam bentuk pola pukulan dalam permainan bulutangkis!
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan forehand dan backhand permainan bulutangkis!
4.	Jelaskan cara melakukan servis pendek dalam permainan bulutangkis!
5.	Jelaskan cara melakukan smash permainan bulutangkis!

G. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
dst							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah	: SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran	: Penjas Orkes
Kelas/Semester	: XII/ 1
Alokasi Waktu	: 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.
Kompetensi Dasar	: 1.2. Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).
Indikator	: 1. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik. 2. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai *kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri*.

a. Materi Pembelajaran

Permainan Tenis meja

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dalam bentuk pola pertahanan dan pola penyerangan dengan koordinasi yang baik.
1. Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan kerjasama tim yang baik dalam bentuk pertandingan.

b. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiproca*)

c. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. motivasi

Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya

c. Penyampaian tujuan pembelajaran

Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari

d. Persiapan Fisik dan Mental

Pemanasan dipimpin oleh guru.

Urutan pemanasan:

- Penguluran otot-otot (straiching)
- Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
- Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
- Lari keliling lapangan basket 3 kali
- pemanasan khusus tenis meja

2. Kegiatan Inti (60 menit)

a. Eksplorasi

Siswa melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja dengan koordinasi yang baik., Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja dengan koordinasi yang baik (berpasangan maupun berkelompok). dengan koordinasi yang baik, latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik, latihan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis bulutangkis (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

b. Elaborasi

Bermain tenis meja dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).

c. Konfirmasi

Penjelasan serta koreksi cara melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja dengan koordinasi yang baik (berpasangan maupun berkelompok).

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

a. Kesimpulan

Guru memberi kesimpulan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

b. Refleksi

Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.

c. Tindak lanjut

Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik sesuai dari uraian guru.

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)

a. Apersepsi

Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.

b. motivasi

Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya

c. Penyampaian tujuan pembelajaran

Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari

d. Persiapan Fisik dan Mental

Pemanasan dipimpin oleh guru.

Urutan pemanasan:

- Penguluran otot-otot (straiching)

- Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
- Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
- Lari keliling lapangan basket 3 kali
- pemanasan khusus tenis meja

2. Kegiatan Inti (70 menit)

- Uji kompetensi memukul forehand dan backhand tenis meja
- Uji kompetensi servis forehand dan backhand tenis meja
- Uji kompetensi variasi dan kombinasi teknik dasar permainan tenis meja

3. Kegiatan Penutup (10 menit)

- 1) Kesimpulan
Guru memberi kesimpulan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- 2) Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- 3) Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih teknik dasar memukul forehand, memukul backhand, dan servis tenis meja (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik sesuai dari uraian guru.

D. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Bat/pemukul
- b. Bola pingpong
- c. Lapangan permainan tenis meja atau lapangan sejenisnya
- d. Net
- e. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 1. Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 2. Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 3. Buku permainan tenis meja
- b. Media elektronik
 1. Audio/video visual teknik dasar permainan tenis meja
 2. Rekaman/cuplikan pertandingan tenis meja

E. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

b. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar memukul forehand, memukul backhand dan servis, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar permainan tenis meja (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Pukulan forehand					Pukulan backhand					Servis					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (pukulan forehand dan backhand) bola dipukulkan ke papan/dinding selama 30 detik.

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 35 kali > 30 kali	100%	Sangat Baik
30 – 34 kali	25 – 29 kali	90%	Baik
25 – 29 kali	20 – 24 kali	80%	Cukup
20 – 24 kali	15 – 19 kali	70%	Kurang
..... < 20 kali < 15 kali	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (servis) melewati net/jaring sebanyak 20 kali servis (Skor maksimal 10 X 5 = 50).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > Angka 40 > Angka 30	100%	Sangat Baik
Angka 30 – 39	Angka 22 – 29	90%	Baik
Angka 20 – 29	Angka 15 – 21	80%	Cukup
Angka 10 – 19	Angka 8 – 14	70%	Kurang
..... < Angka 10 < Angka 8	60%	Kurang Sekali

c. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	N A			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
2.																					
3.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

d. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar permainan tenis meja dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 20																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan pola pertahanan permainan tenis meja!
2.	Sebutkan macam-macam bentuk pola pertahanan permainan tenis meja!
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis permainan tenis meja!
4.	Jelaskan cara melakukan pukulan smash permainan tenis meja!
5.	Jelaskan cara melakukan pukulan servis dilanjutkan smash permainan tenis meja!

F. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
dst							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran : Penjas Orkes
Kelas/Semester : XII/ 1
Alokasi Waktu : 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :1.3.Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator :

1. Melakukan teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan atletik lari gawang 110 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan lari gawang 110 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Nilai karakter yang diharapkan : daya juang, mandiri, kerja sama

B. Materi Pembelajaran

Atletik (Lari gawang 110 meter)

1. Teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
2. Variasi dan kombinasi teknik dasar lari gawang 110 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan lari gawang 110 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

C. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - b. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (60 menit)
 - a. Eksplorasi
Siswa melakukan latihan yang meliputi
Gerakan tanpa gawang : jalan dengan langkah lebar kemudian langkah ketiga kaki kanan diayun tnggi kedepan disusul ayun kaki kiri yang ditekuk ke samping kiri membentuk sudut siku-siku. Begitu seterusnya setiap tiga langkah seolah-olah melewati gawang. Semakin lama gerakan jalan cepat sampai lari.
Gerakan dengan gawang : gawang diletakkan sekitar 3 meter setiap gawang. Dilakukan dengan jalan dahulu, gerakan sma dengan gerakan tanpa gawang. Dilanjutkan dengan lari yang semakin lama semakin cepat.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan dengan menggabungkan gerakan tanpa gawang dengan menggunakan gawang yang dilakukan dengan lari cepat melewati 10 gawang. Diawali dengan start jongkok dan lari dengan kecepatan penuh.
 - c. Konfirmasi
Siswa mendapat koreksi dari guru tentang gerakan lari gawang 110 m .Mulai dari starta jongkok, lari cepat, lari melewati gawang yang dilakukan dengan kecepatan penuh, saat melewati gawang agar tidak terlalu lama diudara maka saat diatas mistar gawang badan condong kedepan hampir mencium lutut. Agar langkah ajeg maka setiap melewati gawang diusahakan hanya dengan 3 langkah.
Siswa melakukan latihan lari gawang 110 M yang telah diberikan koreksi guru.
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Kesimpulan
Guru memberi kesimpulan bahwa lari gawang sebenarnya sama dengan lari cepat hanya ada rintangan berupa gawang, sehingga lari gawang harus dilakukan dengan kecepatan penuh. Agar tidak terlalu lama saat diudara maka pada saat ayun kaki kanan maka condongkan badan kedepan seperti gerakan cium lutut.
 - b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan lari gawang saat melewati gawang.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan lari gawang dengan menekankan sesuai dari uraian guru.

Pertemuan ke 2

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya

- c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat rewiw dan penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (70 menit)
Uji kompetensi lari gawang 110 M
- a. Eksplorasi
Siswa melakukan gerakan yang telah dipelajari pada pertemuan pertama meliputi
Gerakan tanpa gawang : jalan dengan langkah lebar kemudian langkah ketiga kaki kanan diayun tnggi kedepan disusul ayun kaki kiri yang ditekuk ke samping kiri membentuk sudut siku-siku. Begitu seterusnya setiap tiga langkah seolah-olah melewati gawang. Semakin lama gerakan jalan cepat sampai lari.
Gerakan dengan gawang : gawang diletakkan sekitar 3 meter setiap gawang. Dilakukan dengan jalan dahulu, gerakan sma dengan gerakan tanpa gawang. Dilanjutkan dengan lari yang semakin lama semakin cepat.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan lari gawang 110 M dengan beberapa kali pengulangan sehingga tehnik dan ketepatan yang telah dipelajari pada pertemuan pertama tetap terjaga.
 - c. Konfirmasi
Siswa meampilkan gaya yang telah dipelajari awalan start jongkok sampai finish, meliputi proses dan produk lari gawang 110 meter sesuai dengan kriteria penilaian dan peraturan perlombaan atletik.
3. Kegiatan Penutup (10 menit)
- a. Kesimpulan
Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil penampilan lari gawang 110 M yang telah ditampilkan. Bahwa lari gawang sebenarnya sama dengan lari cepat hanya ada rintangan berupa gawang, sehingga lari gawang harus dilakukan dengan kecepatan penuh. Agar tidak terlalu lama saat diudara maka pada saat ayun kaki kanan maka condongkan badan kedepan seperti gerakan cium lutut.
 - b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan melewati gawang yang benar.
 - c. Tindak lanjut
Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan lari gawang dengan menekankan sesuai dari uraian guru, sedangkan siswa yang telah tuntas diberikan pengayaan untuk menjadi petugas uji kompetensi remidi lari gawangn 110 M.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Lintasan lari
- b. Gawang sebanyak 10 buah
- c. Bendera start
- d. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 - 1) Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - 2) Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - 3) Buku atletik
- b. Media elektronik

- 1) Audio/video visual teknik dasar atletik
- 2) Rekaman/cuplikan perlombaan lari jarak pendek

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lari gawang 110 meter, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar lari gawang 110 meter (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan Lari					Finish					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (lari gawang 110 meter).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... < 25 detik < 30 detik	100%	Sangat Baik
25,01–30.00 detik	30.01–40.00 detik	90%	Baik
30.01–40.00 detik	40.01–50.00 detik	80%	Cukup
40.01–50.00 detik	50.01–60.00 detik	70%	Kurang
... > 50.00 detik	... > 60.00 detik	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikp (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA				
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas			
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3						
1.																						
2.																						
3.																						
dst																						
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																						

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lari gawang (110 meter) dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik dasar lari gawang!
2.	Sebutkan start yang sering digunakan pada lari gawang!
3.	Jelaskan sikap badan di atas gawang lari gawang!
4.	Jelaskan cara kaki menapak lari gawang 110 meter!
5.	Jelaskan cara melakukan gerakan lari gawang 110 meter!

Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
dst.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran : Penjas Orkes
Kelas/Semester : XII/ 1
Alokasi Waktu : 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)

Standar Kompetensi : 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :1.3.Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**).

Indikator :

1. Melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Perlombaan atletik lompat jangkit dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.

Nilai karakter yang diharapkan : mandiri, daya juang

B. Materi Pembelajaran

Atletik (Lompat jangkit)

1. Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat) dengan koordinasi yang baik.
2. Perlombaan lompat jangkit dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari

- b. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (60 menit)
 - a. Eksplorasi
Siswa melakukan latihan yang meliputi
Awalan : lari cepat dengan jarak antara 10-20 meter tanpa mengurangi kecepatan dan mengubah irama langkah..
Tumpuan :
 - 1) Hop : adalah tumpuan awal pada balok tumpuan dengan menggunakan kaki selain yang terkuat (biasanya kaki kanan) dengan irama langkah lebar dan tinggi.
 - 2) Step : adalah langkah jingkat menggunakan kaki yang sama pada gerakan hop (biasanya kiri) yang dilakukan dengan langkah pendek dan tidak tinggi yang bertujuan mencari momentum untuk gerakan terakhir.
 - 3) Jump : adalah loncat dengan menggunakan kaki tumpu yang terkuat (biasanya kiri) dengan gerakan eksplosif setinggi-tingginya dan dapat disertai gaya lompat jauh.
Mendarat : gerakan mengeper dengan tumpuan kedua kaki dengan berat badan kedepan.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan dengan menggabungkan tahap-tahap gerakan diatas.
 - c. Konfirmasi
Siswa mendapat koreksi dari guru tentang gerakan lompat jangkit .Mulai dari tahap awalan, tumpuan dan mendarat.
Siswa melakukan latihan lompat jangkit yang telah diberikan koreksi guru.
 3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Kesimpulan
Guru memberi kesimpulan bahwa lompat jangkit sebenarnya sama dengan lompat jauh lainnya hanya ada tiga tahap tumpuan yang harus dilakukan dengan irama langkah sesuai dengan tahapan tumpuan.
 - b. Refleksi
Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi gerakan tumpuan lompat jangkit yang meliputi hop, step dan jump.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan lompat jangkit dengan menekankan latihan tumpuan hop, step dan jump sesuai dari uraian guru.

Pertemuan ke 2

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat rewiw dan penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali

2. Kegiatan Inti (70 menit)

Uji kompetensi lompat jangkit

 - a. Eksplorasi

Siswa melakukan gerakan yang telah dipelajari pada pertemuan pertama meliputi Gerakan awalan : lari cepat, tumpuan yang meliputi hop, step dan jump, melayang dapat menggunakan gaya lompat jauh yang dikuasai serta mendarat dengan tumpuan kedua kaki disertai lutut mengeper serta badan condong kedepan..
 - b. Elaborasi

Siswa melakukan gerakan lompat jangkit dengan beberapa kali pengulangan sehingga tehnik dan ketepatan yang telah dipelajari pada pertemuan pertama tetap terjaga.
 - c. Konfirmasi

Siswa menampilkan gaya yang telah dipelajari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat, meliputi proses dan produk lompat jangkitsuai dengan kriteria penilaian dan peraturan perlombaan atletik.

3. Kegiatan Penutup (10 menit)
 - a. Kesimpulan

Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil penampilan lompat jangkit yang telah ditampilkan. Bahwa lompat jangkit sebenarnya sama dengan lompat jauh lainnya hanya ada tiga tahap tumpuan yang harus dilakukan dengan irama langkah sesuai dengan tahapan tumpuan.
 - b. Refleksi

Guru memberi kesimpulan dengan memperagakan lagi tahap gerakan tumpuan hop, step dan jump yang benar.
 - c. Tindak lanjut

Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan lompat jangkit dengan menekankan gerakan tumpuan hop, step dan jump sesuai dari uraian guru, sedangkan siswa yang telah tuntas diberikan pengayaan untuk menjadi petugas uji kompetensi remidi lompat jangkit.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Lintasan lompat jangkit
- b. Bak lompat jangkit
- c. Kapur
- d. Bendera
- e. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 - 1) Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - 2) Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 - 3) Buku atletik
- b. Media elektronik
 - 1) Audio/video visual teknik dasar atletik
 - 2) Rekaman/cuplikan perlombaan lari jarak pendek

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar lompat jangkit, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan jauhnya melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi).

- Contoh penilaian proses teknik dasar lompat jangkit (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
dsb																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi teknik dasar (Lompat jangkit).

Perolehan Nilai		Kriteria Pengskoran	Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>		
..... > 4.50 meter > 3.50 meter	100%	Sangat Baik
4.00 – 4.49 meter	3.00 – 3.49 meter	90%	Baik
3.50 – 3.99 meter	2.50 – 2.99 meter	80%	Cukup
3.00 – 3.49 meter	2.00 – 2.49 meter	70%	Kurang
..... < 2.99 meter < 1.99 meter	60%	Kurang Sekali

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	NA			
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
dst																					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																					

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksima}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran teknik dasar lompat jangkit dengan metode resipokal

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1.																		
2.																		
3.																		
dst																		
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																		

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Sebutkan macam-macam teknik dasar lompat jangkit!
2.	Jelaskan cara melakukan awalan lompat jangkit!
3.	Jelaskan cara melakukan tumpuan lompat jangkit!
4.	Jelaskan cara melakukan melayang di udara lompat jangkit!
5.	Jelaskan cara melakukan mendarat lompat jangkit!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran : Penjas Orkes
Kelas/Semester : XII/ 1
Alokasi Waktu : 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)
Standar Kompetensi : 2. Mempraktikkan perencanaan aktivitas pengembangan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar :

- 2.1. Merancang program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.
- 2.2. Melaksanakan program latihan fisik sesuai dengan prinsip-prinsip latihan yang benar serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.

Indikator :

1. Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Melakukan perlombaan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana menggunakan sirkuit dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana menggunakan sirkuit dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk *nilai-nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri*.

B. Materi Pembelajaran

Aktivitas Pengembangan

1. Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan dengan koordinasi yang baik.
2. Latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Perlombaan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana menggunakan sirkuit dengan koordinasi yang baik.
4. Tes kelentukan dengan koordinasi yang baik.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiprocal*)

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan ke 1

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (*straiching*)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (60 menit)
 - a. Eksplorasi
Siswa melakukan gerakan yang meliputi
Melakukan latihan yang bertujuan meningkatkan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan dengan koordinasi yang baik.
Meningkatkan kecepatan dengan latihan lari cepat 60 meter.
Meningkatkan kekuatan dengan latihan baring duduk selama 1 menit, angkat tubuh selama 1 menit
Meningkatkan daya ledak dengan latihan loncat tegak.
Meningkatkan daya tahan jantung paru-paru dengan latihan lari 1.100 meter untuk puteri dan 1.200 meter untuk putra.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan diatas dengan terperinci mulai dari sikap awal , gerakan dan sikap akhir.
 - c. Konfirmasi
Penjelasan cara mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan dengan koordinasi yang baik.
Penjelasan cara melakukan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana dengan koordinasi yang baik.
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Kesimpulan
Siswa diberi kesimpulan oleh guru bahwa latihan yang telah dilakukan tersebut memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas fisik seperti kecepatan, kekuatan, daya ledak dan daya tahan jantung paru-paru.
 - b. Refleksi
Siswa diperagakan gerakan untuk meningkatkan kecepatan, kekuatan, daya ledak dan daya tahan jantung paru-paru.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dan terukur dengan berlatih gerakan lain yang bertujuan untuk meningkatkan kecepatan, kekuatan, daya ledak dan daya tahan jantung paru-paru.

Pertemuan 2

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (70 menit)
- Uji kompetensi kebugaran jasmani
- a. Eksplorasi
Siswa diberikan rewiw tentang latihan yang bertujuan meningkatkan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan dengan koordinasi yang baik.
Meningkatkan kecepatan dengan latihan lari cepat 60 meter.
Meningkatkan kekuatan dengan latihan baring duduk selama 1 menit, angkat tubuh selama 1 menit
Meningkatkan daya ledak dengan latihan loncat tegak.
Meningkatkan daya tahan jantung paru-paru dengan latihan lari 1.100 meter untuk puteri dan 1.200 meter untuk putra.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan dengan diatas dengan terperinci mulai dari sikap awal , gerakan dan sikap akhir.
 - c. Konfirmasi
Siswa melakuka uji kompetensi lari cepat 60 meter untuk kecepatan, baring duduk untuk kekuatan otot perut, angkat tubuh untuk kekuatan otot lengan, loncat tegak untuk daya ledak dan lari 1.100 meter untuk puteri dan 1.200 meter untuk putra untuk daya tahan jantung dan paru-paru.
3. Kegiatan Penutup (10 menit)
- a. Kesimpulan
Siswa diberikan kesimpulan oleh guru tentang hasil uji kompetensi lari cepat 60 meter untuk kecepatan, baring duduk untuk kekuatan otot perut, angkat tubuh untuk kekuatan otot lengan, loncat tegak untuk daya ledak dan lari 1.100 meter untuk puteri dan 1.200 meter untuk putra untuk daya tahan jantung dan paru-paru.
 - b. Tindak lanjut
Siswa yang belum tuntas diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan lari cepat 60 meter untuk kecepatan, baring duduk untuk kekuatan otot perut, angkat tubuh untuk kekuatan otot lengan, loncat tegak untuk daya ledak dan lari 1.100 meter untuk puteri dan 1.200 meter untuk putra untuk daya tahan jantung dan paru-paru.

E. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Lapangan atau halaman sekolah
- b. Palang tunggal
- c. Matras senam
- d. Formulir tes
- e. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 - 1) Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - 2) Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

- b. Media elektronik

- 1) Audio/video visual latihan kebugaran jasmani
- 2) Rekaman/cuplikan latihan kebugaran jasmani

F. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a) Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA (lari 60 meter, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.200 m untuk putera dan 1.000 m untuk puteri), unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk/prestasi)

- Contoh penilaian proses tes kebugaran jasmani siswa SMA (Penilaian kebugaran jasmani)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jml	Nilai Proses	Nilai Produk	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1.																				
2.																				
3.																				
4.																				
5.																				
Dst																				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																				

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

- Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Putera SMA

Lari 60 m	Gantung/ Angkat tubuh	Baring duduk	Loncat tegak	Lari 1.200 m	Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
.. < 7.2 dtk	.. > 19 kali > 41 kali > 73	. < 3.14 mnt	100%	Sangat Baik
7.3 – 8.3 dtk	14 – 18 kali	30 – 40 kali	60 – 72	3.15 – 4.25 mnt	90%	Baik
8.4 – 9.6 dtk	9 – 13 kali	21 – 29 kali	50 – 59	4.26 – 5.12 mnt	80%	Cukup
9.7–11.0 dtk	5 – 8 kali	10 – 20 kali	39 – 49	5.13 – 6.33 mnt	70%	Kurang
..... > 11 dtk < 5 kali < 10 kali < 39	.. > 6.33 mnt	60%	Kurang Sekali

- Contoh penilaian produk/prestasi tes kebugaran jasmani siswa Puteri SMA

Lari 60 m	Gantung/Siku tekuk	Baring duduk	Loncat tegak	Lari 1.200 m	Kriteria Pengkoran	Klasifikasi Nilai
.. < 8.4 dtk	.. > 41 kali	.. > 28 kali > 50	.. < 3.52 mnt	100%	Sangat Baik
8.5 – 9.8 dtk	22 – 40 kali	20 – 28 kali	39 – 49	3.53 – 4.56 mt	90%	Baik
9.9 – 11.4 dt	10 – 21 kali	10 – 19 kali	31 – 38	4.57 – 5.58 mt	80%	Cukup
11.5 –13.4 dt	3 – 9 kali	3 – 9 kali	23 – 30	5.59 – 7.23 mt	70%	Kurang
.. > 13.4 dtk < 3 kali < 3 kali < 23	.. > 7.23 mnt	60%	Kurang Sekali

b) Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai																		Σ	NA		
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri			Sportivitas						
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3				
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
dst																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksima}} \times 100\%$$

i. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran kebugaran jasmani dengan metode resiprokal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA					
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5									
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3							
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
dst																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																							

Jumlah skor yang diperoleh

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan cara melakukan tes lari 60 meter!
2.	Jelaskan cara melakukan tes angkat tubuh 60 detik!
3.	Jelaskan cara melakukan tes baring duduk 60 detik!
4.	Jelaskan cara melakukan tes loncat tegak!
5.	Jelaskan cara melakukan tes lari 1.000 m dan 1.200 meter!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013



No. Dokumen	FM /SMA N IMG/03-04
No. Revisi	1
Tanggal berlaku	15 Juli 2014

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) BERBASIS CONTECTUAL, TEACHING AND LEARNING

Nama Sekolah : SMA Negeri 1 Imogiri
Mata Pelajaran : Penjas Orkes
Kelas/Semester : XI/ 1
Alokasi Waktu : 2 kali pertemuan (4 x 45 menit)

Standar Kompetensi : 3. Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar : 3.1. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.
3.2. Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam ketangkasan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

Indikator :

1. Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik.
2. Melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
3. Melakukan perlombaan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.

Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat melakukan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
3. Siswa dapat melakukan perlombaan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik untuk menumbuhkan dan memupuk *nilai-nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.*

A. Materi Pembelajaran *Aktivitas Uji Diri/Senam*

1. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda) dengan koordinasi yang baik.

2. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
3. Latihan perlombaan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.

B. Metode Pembelajaran

1. Demontrasi
2. Inclusive (cakupan)
3. Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
4. Permainan (*game*)
5. Saling menilai sesama teman (*Resiproca*)

**C. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan ke 1**

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
 - b. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - c. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - d. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - e. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (*straiching*)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (60 menit)
 - a. eksplorasi
Siswa melakukan gerakan yang meliputi latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala menggunakan bantuan dengan koordinasi yang baik.
Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
 - b. Elaborasi
Siswa melakukan gerakan dengan diatas dengan terperinci mulai dari sikap awal , gerakan dan sikap akhir.
 - c. Konfirmasi
Penjelasan cara melakukan latihan latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala menggunakan bantuan dengan koordinasi yang baik.
Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Kesimpulan
Siswa diberi kesimpulan oleh guru mengenai pelaksanaan latihan bahwa latihan yang telah dilakukan harus didasari oleh kelenturan, dan kekuatan.
 - b. Refleksi
Siswa diperagakan gerakan latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.

Pertemuan ke 2

1. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)
 - a. Apersepsi
Siswa disiapkan , dihitung dan dipimpin do'a.
 - b. Motivasi
Siswa mendapat motivasi tentang manfaat cabang olahraga yang dipelajari khususnya dan olahraga pada umumnya
 - c. Penyampaian tujuan pembelajaran
Siswa mendapat penjelasan dari guru tentang materi pembelajaran yang akan dipelajari
 - d. Persiapan Fisik dan Mental
Pemanasan dipimpin oleh guru.
Urutan pemanasan:
 - Penguluran otot-otot (straiching)
 - Gerakan senam /gerakan aktif otot-otot
 - Gerakan pemanasan yang menyerupai cabang olahraga yang dipelajari
 - Lari keliling lapangan basket 3 kali
2. Kegiatan Inti (70 menit)
 - a. Uji kompetensi rangkaian gerakan senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda)
 - b. Uji kompetensi rangkaian gerakan senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang)
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
 - a. Kesimpulan
Siswa diberi kesimpulan oleh guru mengenai pelaksanaan uji kompetensi gerakan yang telah dilakukan harus didasari oleh kelenturan, dan kekuatan.
 - b. Refleksi
Siswa diperagakan gerakan latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.
 - c. Tindak lanjut
Siswa diberi tugas mandiri dengan berlatih gerakan latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin dan berdiri dengan kepala dengan koordinasi yang baik. Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (loncat harimau, salto depan dan salto belakang) dengan koordinasi yang baik.

D. Alat dan Sumber Belajar

1. Alat Pembelajaran :

- a. Lapangan atau halaman sekolah
- b. Matras senam
- c. Box/kuda-kuda lompat
- d. Peluit

2. Sumber Pembelajaran :

- a. Media cetak
 - 1) Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas XII, Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
 - 2) Lembar Kerja Siswa (LKS), Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
- b. Media elektronik
 1. Audio/video visual latihan senam lantai
 2. Rekaman/cuplikan latihan senam lantai

E. Penilaian

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Tes Keterampilan (Psikomotor)

Lakukan rangkaian latihan loncat harimau, salto depan dan salto belakang, unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses).

- Contoh penilaian proses rangkaian latihan loncat harimau, salto depan dan salto belakang (Penilaian keterampilan kecabangan)

No	Nama Siswa	Sikap Awal					Gerakan					Sikap Akhir					Jm l	Nilai Proses	Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ			
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
dsb																			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI PROSES) : 12																			

$$\text{Penilaian Proses} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

b. Tes Sikap (Afektif)

Contoh penilaian afektif (Affective Behaviors)

Tes sikap (Afektif) dapat dilakukan selama siswa melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah. Unsur-unsur yang dinilai : kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri, dan sportivitas.

No	Nama Siswa	Aspek Sikap Yang Dinilai															Σ	N A					
		Kerjasama			Kejujuran			Menghargai			Semangat			Percaya diri					Sportivitas				
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			1	2	3		
1.																							
2.																							
3.																							
dst																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI SIKAP) : 18																							

$$\text{Penilaian Afektif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksima}} \times 100\%$$

c. Tes Pengetahuan (Kognitif)

Contoh format penilaian pembelajaran senam ketangkasan dengan metode resipikal :

No.	Nama Siswa	Butir-butir Pertanyaan															Σ	NA					
		Soal No.1			Soal No.2			Soal No.3			Soal No.4			Soal No.5									
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3							
1.																							
2.																							
dst																							
JUMLAH SKOR MAKSIMAL (NILAI KOGNITIF) : 15																							

$$\text{Penilaian Kognitif} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Contoh Butir Pertanyaan

No	Butir Pertanyaan
1.	Jelaskan yang dimaksud dengan salto!
2.	Jelaskan cara melakukan salto ke depan!
3.	Jelaskan cara melakukan salto ke belakang!
4.	Jelaskan cara melakukan loncat harimau!
5.	Jelaskan cara melakukan rangkaian gerakan berguling ke depan, belakang, lenting dan meroda!

2. Rekapitulasi Penilaian

No.	Nama Siswa	Aspek Penilaian			Jumlah	Nilai Akhir	Kriteria
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
Nilai Rata-rata							

$$\text{Nilai Akhir (NA)} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Tiga Aspek Penilaian}}$$

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Mengetahui
Kepala Sekolah

Imogiri, 15 Juli 2014
Guru Penjas Orkes

Drs. Sumarman
NIP. 19620812 198903 1 014

Suprih Pardiyo,S.Pd
NIP.19701120 200701 013

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XI IIS-1
Wali Kls : Dwi Purwanti, S.Pd.

Hari : Kamis
Tanggal : 16

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.	
Urt	Induk			1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	5402	Aya Sofia Kurniasari ✓	P	—	S									Sakit
2	5416	Mindah Wisni Suratmojo	P	✓		2								
3	5422	Pamungkas Mujirahayu	P	✓		3	2							
4	5424	Risza Amalia	P		11	2	3							
5	5427	Yahya Nurfitri Hidayat	L		1	2	1							
6	5433	Bagas Mujib Baihaqi	L		111	3	2							
7	5437	Deviana	P		1	2	3							
8	5441	Fajar Mahmud	L		1	2								
9	5451	Puji Widyaningrum	P		1	2								
10	5455	Syahru Aziz Munadhir	L		1	2	2							
11	5464	Aji Mahendra Atmaja	L		1	2								
12	5467	Aprillia Alvianti	P	X		2	2							
13	5473	Erma Hidayah	P			3	2							
14	5475	Ikhsan Amar Ma'ruf	L	X	1									
15	5483	Reza Pahlevi Arifin	L	X										
16	5488	Tomy Aditya	L	X										
17	5492	Zyaqi Beston Abriasto	L		11	1	5							
18	5493	Achmad Yoga Al Quddus	L		1	1	1							
19	5497	Chrisna Sulistyarningsih	P		11	3	4							
20	5498	Danu Rogojati	L	X	11	1	3							
21	5509	Mela Asnal Muna	P		11	2								
22	5515	Puspa Dias Vira Ngesti	P	S	—	—	—							Sakit
23	5516	Rahmad Alfian	L		1		2							
24	5519	Susi Sri Rahayu	P		111	3	3							
25	5540	Juni Lestari	P				2							
26	5548	Oky Dwi Saputra	L		11		2							
27	5556	Utami Setyaningrum	P		1111	11								
28	5570	Intan Maharani Hartanti Candra	P				2							
29	5581	Rizka Anggraeni	P		1	1	1							
30	5784	Ririh Dwi Pangesti	P											

KETERANGAN :

A : Tidak masuk tanpa keterangan L : 13
 B : terlambat P : 17
 C : tidak seragam Jml. : 30
 E : membolos
 S : sakit
 I : izin

Imogiri, 201

NIP

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XI IIS-3
Wali Kls : Krismina Wati N., S.Pd.

Hari :
Tanggal :

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.
Urt	Induk			1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	5403	Banu Alfiantoro	L										
2	5407	Dita Purnama	L										
3	5408	Dwi Ayu Kusumawati	P	S									
4	5414	Halimatu Shofiyah	P										
5	5417	Muhammad Nur Fauzan	L										✓
6	5423	Retno Dwi Nurhayati	P										
7	5425	Selvi Nurhayati	P										
8	5426	Siti Halizah Asaqdah	P										
9	5428	Yusuf Fathoni Ahmad	L										
10	5432	Aprilia Kurniawati	P										✓
11	5435	Bharata Aji Prabowo	L										
12	5446	Lailatul Munawaroh	P										
13	5447	Lailaturrohmah Asalamah	P										
14	5456	Titin Suryani	P										
15	5466	Annisa Nour Mayladini	P										
16	5478	Lestari	P										
17	5487	Tirto Gumilang	L										
18	5494	Ahmad Rudiyanto	L										
19	5496	Bontan Fandantara	P										
20	5500	Dian Nur Cahya Putri	P										
21	5503	Indah Perma Sari	P	S									
22	5508	M. Muhlisin	L										
23	5513	Pandu Candra Wijaya	L										✓
24	5534	Eko Purwanto	L										
25	5539	Isti Nuryani	P										
26	5544	Muhammad Hasbi Ashshiddiqi	L										
27	5566	Ditya Putri Puspitasari	P										
28	5576	Muhammad Rizal	L										
29	5580	Panji Mahantara Jaya	L	A									
30	5584	Surya Candra Putra	L										

KETERANGAN :

- A : Tidak masuk tanpa keterangan L : 14
- B : terlambat P : 16
- C : tidak seragam Jml. : 30
- E : membolos
- S : sakit
- I : izin

lay-up

Imogiri, 201

NIP

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Nd. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XI IIS-3
Wali Kls : Krismina Wati N., S.Pd.

Hari :
Tanggal :

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.
Urt	Induk			1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	5403	Banu Alfiantoro	L	✓									
2	5407	Dita Purnama	L	✓									
3	5408	Dwi Ayu Kusumawati	P	✓									
4	5414	Halimatu Shofiyah	P	✓									
5	5417	Muhammad Nur Fauzan	L	✓									
6	5423	Retno Dwi Nurhayati	P	✓									
7	5425	Selvi Nurhayati	P	✓									
8	5426	Siti Halizah Asaqdah	P	✓									
9	5428	Yusuf Fathoni Ahmad	L	✓									
10	5432	Aprilia Kurniawati	P	✓									
11	5435	Bharata Aji Prabowo	L	✓									
12	5446	Lailatul Munawaroh	P	✓									
13	5447	Lailaturrohmah Asalamah	P	✓									
14	5456	Titin Suryani	P	✓									
15	5466	Annisa Nour Mayladini	P	✓									
16	5478	Lestari	P	✓									
17	5487	Tirto Gumilang	L	✓									
18	5494	Ahmad Rudiyanto	L	✓									
19	5496	Bontan Fandantara	P	✓									
20	5500	Dian Nur Cahya Putri	P	✓									
21	5503	Indah Perma Sari	P	✓									
22	5508	M. Muhlisin	L	✓									
23	5513	Pandu Candra Wijaya	L	✓									
24	5534	Eko Purwanto	L	I									A/pa
25	5539	Isti Nuryani	P	✓									
26	5544	Muhammad Hasbi Ashshiddiqi	L	✓									
27	5566	Ditya Putri Puspitasari	P	✓									
28	5576	Muhammad Rizal	L	I									A/pa
29	5580	Panji Mahantara Jaya	L	✓									
30	5584	Surya Candra Putra	L	✓									

KETERANGAN :

- | | |
|----------------------------------|-----------|
| A : Tidak masuk tanpa keterangan | L : 14 |
| B : terlambat | P : 16 |
| C : tidak seragam | Jml. : 30 |
| E : membolos | |
| S : sakit | |
| I : izin | |

Imogiri, 201

NIP

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Ujian Praktek bahasa

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XII IPA - 3

Wali Kls : Iswantara, S.Pd.

Hari : *Senin*

Tanggal : *16 September 2014*

NOMOR	NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	5350	Ratih Nur Utari	P										
2	5353	Tri Yuniana	P										
3	5356	Warni Lestari	P	S									
4	5358	Winda Aprillia	P										
5	5360	Zuli Hanifah	P										
6	5361	Ahmad Baihaki	L										
7	5362	Ahmad Nailul Munna	L										
8	5366	Betyas Pramunita	P	S									
9	5368	Dimas Nur Setiantoso Putro	L										
10	5369	Dwi Noviaty	P										
11	5371	Dyah Larasinta	P										
12	5372	Elmi Hastuti	P										✓
13	5374	Erina Dwi Atika Sari	P										
14	5375	Estu Setiawan	L										
15	5376	<i>Franciskus Delaphius Sunarya</i>	L										
16	5377	Givani Anisa Putri	P										
17	5378	Hesti Retno Suhartini	P										
18	5383	Muhammad Fatchan Helvian	L										
19	5384	Muhammad Hardiyanto	L										
20	5385	Muhammad Ilham Maulana	L										
21	5386	Muhammad Nasikh Furqoni Adha	L										
22	5387	Nico Setyawan	L										
23	5388	Nur Arifina Rochayati	P	S									✓✓
24	5389	Nuratri Dyah Safitri	P										
25	5393	Triana Dwi Jayanti	P										
26	5590	Dwi Nur Cahyani	P										

KETERANGAN :

- | | |
|----------------------------------|-----------|
| A : Tidak masuk tanpa keterangan | L : 10 |
| B : terlambat | P : 16 |
| C : tidak seragam | Jml. : 26 |
| E : membolos | |
| I : izin | |

Imogiri, 201

NIP

3 poin

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XII IPA - 3
Wali Kls : Iswantara, S.Pd.

Hari :
Tanggal :

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.
Urt	Induk			1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	5350	Ratih Nur Utari	P	'									
2	5353	Tri Yuniana	P	'									
3	5356	Warni Lestari ✓	P	S									
4	5358	Winda Aprillia	P	'									
5	5360	Zuli Hanifah	P	'									
6	5361	Ahmad Baihaki	L	'									
7	5362	Ahmad Nailul Munna	L	'									
8	5366	Betyas Pramunita ✓	P	S									
9	5368	Dimas Nur Setiantoso Putro	L	'									
10	5369	Dwi Noviati	P	'									
11	5371	Dyah Larasinta	P	'									
12	5372	Elmi Hastuti	P	'									
13	5374	Erina Dwi Atika Sari	P	'									
14	5375	Estu Setiawan	L	'									
15	5376	<i>Franciskus Delaphius Sunarya</i>	L	'									
16	5377	Givani Anisa Putri	P	'									
17	5378	Hesti Retno Suhartini	P	'									
18	5383	Muhammad Fatchan Helvian	L	'									
19	5384	Muhammad Hardiyanto	L	'									
20	5385	Muhammad Ilham Maulana	L	'									
21	5386	Muhammad Nasikh Furqoni Adha	L	'									
22	5387	Nico Setyawan	L	'									
23	5388	Nur Arifina Rochayati	P	'									
24	5389	Nuratri Dyah Safitri	P	'									
25	5393	Triana Dwi Jayanti	P	'									
26	5590	Dwi Nur Cahyani	P	'									

KETERANGAN :

- | | | | |
|---|--------------------------------|------|------|
| A | : Tidak masuk tanpa keterangan | L | : 10 |
| B | : terlambat | P | : 16 |
| C | : tidak seragam | Jml. | : 26 |
| E | : membolos | | |
| I | : izin | | |

Imogiri, 201

NIP

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015

Basket ball

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Kelas : XII IPS - 4
 Wali Kls : Rusmilah, M.Pd.

Hari :
 Tanggal :

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.
Urt	Induk			1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	5334	Bayu Nurhidayat	L				✓						
2	5335	Bayu Sis Kandar	L				✓						
3	5338	Dodi Mahendra Putra	L				✓						
4	5339	Efri Dwi Marwanto	L				✓						
5	5343	Ika Kurnia Juniarti	P	•			✓						
6	5344	Ika Nurifany Safitri	P	•			✓						
7	5345	Muhammad Faqih	L	•			✓						
8	5347	Mustika Andarini	P	•	•		✓						
9	5348	Naumi Noor Winanda	P	•	•		✓						
10	5352	Rizka Nur Fitriani	P	•	•		✓						
11	5354	Vera Nisa	P	•	•	•	✓						
12	5355	Viki Ambarwati	P	•			✓						
13	5357	Wildan	L				✓						
14	5359	Yusuf Eka Saputra	L				✓						
15	5363	Anas Renanta	L				✓						
16	5364	Aulia Faris Musthafa	L				✓						
17	5365	<i>Aulia Rizha Syafriska</i>	P	•	•	•	✓						
18	5367	<i>Deviana Widayanti</i>	P	•	•	•	✓						
19	5370	Dyah Ayu Oktarini	P	•	•		✓						
20	5373	Elmma Primanda Insani	P	•			✓						
21	5379	<i>Ignatius Dhuta Mega Putra Nusant</i>	L	•			✓						
22	5380	Indah Aisyah	P	•	•		✓						
23	5381	Lutfiyani	P	•			✓						
24	5382	Muhamad Fahrudin	L				✓						
25	5390	Putri Meitasari	P	•			✓						
26	5391	Riska Mellani	P	•			✓						
27	5392	Sri Mulatsih	P	•			✓						
28	5783	Dwi Sekar Arum Rakhmawati	P	•	•	•	✓						

KETERANGAN :

- A : Tidak masuk tanpa keterangan
- B : terlambat
- C : tidak seragam
- E : membolos
- S : sakit
- I : izin

L : 11
 P : 17
 Jml. : 28

3 Pa'nr

Imogiri, 201

NIP

DAFTAR HADIR SISWA SMA NEGERI 1 IMOGIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015

No. Dokumen	: FM/SMAN 1 IMG/03-08
No. Revisi	: 2
Tgl. berlaku	: 16 Juli 2012

Ujian
Praktek

Kelas : XI MIA-3
Wali Kls : T. Rita Elianti P., S.Pd.

Hari : Kamis
Tanggal :

NOMOR		NAMA	L/P	Jam Ke -									Ket.
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Urt	Induk												
1	5399	Arif Ardiyan	L	1	85								
2	5415	M. Lutfi As'ad	L	1	80								
3	5436	Candra Lis Endaryanti	P	1	80								
4	5450	Nurratri Mahfiroh	P	1	80								
5	5452	Retno Nur Amilatun	P	1	80								
6	5465	Alfiana Damayanti	P	1	87								
7	5469	Dita Novita Sari	P	1	80								
8	5470	Dwi Ambarwati	P	1	80								
9	5476	Indra Kusumawati	P	1	87								
10	5479	Mega Nur Cahyo	L	1	80								
11	5517	Ricky Kurniawan	L	1	2	80							
12	5518	Surahmi	P	1	1	87							
13	5520	Trisna Putri Utami	P		80								
14	5522	Windi Alfiani	P	1	89								
15	5528	Arista Rachmajati	P	1	80								
16	5531	Chusna Arifah	P										
17	5535	Erwin Wijayanto	L	1	1	80							
18	5536	Fajar Hermawan	L			80							
19	5541	Lusiana Sulistyningrum	P	-	80								
20	5554	Tika Amanati Noor Firlina	P	-	80								
21	5564	Chandra Kurnia Putra	L		82								
22	5569	Gusti Winarni	P	1		1	80						
23	5571	Izmi Widyastuti	P	1		80							
24	5587	Yuliana Dwi Larasati	P	6		1	80						

KETERANGAN :

- | | |
|----------------------------------|-----------|
| A : Tidak masuk tanpa keterangan | L : 7 |
| B : terlambat | P : 17 |
| C : tidak seragam | Jmi. : 24 |
| E : membolos | |
| S : sakit | |
| I : izin | |

Imogiri, 201

NIP

[Handwritten signature]

DAFTAR PENILAIAN SIKAP SISWA SMA N 1 IMOGIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTERR 1

KELAS : X I MIA 3

HARI :

WALI KELAS: T. Rita Elianti P., S.Pd.

TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Sikap

No	Nama siswa	Sikap sepi- tual	Sikap Sosial			Skor total
		Me- nsy- uku- ri	jujur	kerjasama	Harga diri	
1	Arif Ardiyan					
2	M. Lutfi As'ad					
3	Candra Lis Endaryanti					
4	Nurratri Mahfiroh					
5	Retno Nur Amilatun					
6	Alfiana Damayanti					
7	Dita Novita Sari					
8	Dwi Ambarwati					
9	Indra Kusumawati					
10	Mega Nur Cahyo					
11	Ricky Kurniawan					
12	Surahmi					
13	Trisna Putri Utami					
14	Windi Alfiani					
15	Arista Rachmajati					
16	Chusna Arifah					
17	Erwin Wijayanto					
18	Fajar Hermawan					
19	Lusiana Sulistyaningrum					
20	Tika Amananti N F					
21	Chandra Kurnia Putra					
22	Gusti Winarni					
23	Ismi Widyaatuti					
24	Yuliana Dwi L					
25						
26						
27						

DAFTAR PENILAIAN SIKAP SISWA SMA N 1 IMOGIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTERR 1

KELAS : XI IIS 1

HARI :

WALI KELAS: Dwi Purwanti, S.Pd.

TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Sikap

No	Nama siswa	Sikap sepiri tual	Sikap Sosial			Skor total
		Me nsy uku ri	jujur	kerjasama	Harga diri	
1	Aya Sofia Kurniasari					
2	Mindah Wismi Suratmojo					
3	Pamungkas Muji Rahayu					
4	Risza Amalia					
5	Yahya Nurfitra Hidayat					
6	Bagas Mujib Baihaqi					
7	Deviana					
8	Fajar Mahmud					
9	Puji Widyaningrum					
10	Syahru Aziz Munadhir					
11	Aji Mahendra Atmaja					
12	Aprilian Alfianti					
13	Erma Hidayah					
14	Ikhsan Amar Ma'ruf					
15	Reza Pahlevi Arifin					
16	Tomy Aditya					
17	Zyaqi Beston Abriasto					
18	Achmad Yoga Al Quddus					
19	Chisna Sulistyaningsih					
20	Danu Rogojati					
21	Mela Asnal Muna					
22	Puspa Dias Vira Ngesti					
23	Rahmad Alfian					
24	Susi Sri Rahayu					
25	Juni Lestari					
26	Okky Dwi Saputra					
27	Utami Setyaningrum					
	Intan Maharani M. C.					
	Rizka Anggraeni					
	Ririh Dwi pangesti					

DAFTAR PENILAIAN SIKAP SISWA SMA N 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI IIS 2 HARI :

WALI KELAS: Sigit Nugroho, S.S. TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Sikap

No	Nama siswa	Sikap sepiritua l	Sikap Sosial			Skor total
		Mensy ukuri	jujur	kerjasama	Harga diri	
1	Arif Fitria Himawan					
2	Nur Indah Mubarakah					
3	Achmad Rifai Adi tama					
4	Bagas Yudha Irwandaru					
5	Erfin Setianing Hati					
6	Fird Zahrotun					
7	Imas Nur Astuti					
8	Laili Putri Istiqomah					
9	Ishmat M Habib					
10	Reza Mega Damayanti					
11	Ryan Triandika Putra					
12	Yulia Nur Ahmada					
13	Anas Fauzi Setiawan					
14	Edo Bagus Saputro					
15	Anisa Falakhusna Dewi					
16	Mei Ernawati					
17	Mita Rohmawati					
18	Nur Abdurrahman I					
19	Nur Eva Yuliana					
20	Sistriyanto					
21	Sukoco Ikhsan N					
22	Apreda Nur R					
23	Fadli Riyansyah					
24	Mona Nita S					
25	M Irfan					
26	Nida Priastiti					
27	Rizky Wahyu P					
28	Siska W					

DAFTAR PENILAIAN SIKAP SISWA SMA N 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI IIS 4

HARI :

WALI KELAS: Rubiyanti, S.Sos

TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Sikap

No	Nama siswa	Sikap sepiritual	Sikap Sosial			Skor total
		Mensyukuri	jujur	kerjasama	Harga diri	
1	Andri Nur F					
2	Aulia Romadhoni					
3	Devita Rista R					
4	Dini Anggiani					
5	Dwi Santoso					
6	Frida Yanti					
7	Nor Rohmah Puji A					
8	Ahmad Nasyit					
9	Heni Wundari					
10	Sony Pangestu					
11	Wahyu Wrisni H					
12	Yohana Ekawati					
13	Adelia Dwi S					
14	Adi Royansyah					
15	Ahmad Taufiq					
16	Noni E					
17	Rizky Amalia					
18	Faisal Fajri					
19	Leni Dwiastuti					
20	Miftakhul Huda					
21	Prastiwi					
22	Yoga Wisnu B					
23	Arif Nurrohman					
24	Dimas anggito					
25	Nita Adelia R					
26	Sri Wulandari					
27	Agitaluh Candrasari					
28	Anggit Esti N					
29	Nurhuda F					
30	Teddy Yoga Pradana					

DAFTAR PENILAIAN DISKUSI SISWA SMA N 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI MIA 3

HARI :

WALI KELAS: T. Rita Elianti P., S.Pd.

TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Diskusi

No		Mengkomunikasikan	mendengarkan	Berargumentasi	Berkontribusi	Jumlah skor
1	Arif Ardiyan					
2	M. Lutfi As'ad					
3	Candra Lis Endaryanti					
4	Nurratri Mahfiroh					
5	Retno Nur Amilatun					
6	Alfiana Damayanti					
7	Dita Novita Sari					
8	Dwi Ambarwati					
9	Indra Kusumawati					
10	Mega Nur Cahyo					
11	Ricky Kurniawan					
12	Surahmi					
13	Trisna Putri Utami					
14	Windi Alfiani					
15	Arista Rachmajati					
16	Chusna Arifah					
17	Erwin Wijayanto					
18	Fajar Hermawan					
19	Lusiana Sulistyaningrum					
20	Tika Amananti N F					
21	Chandra Kurnia Putra					
22	Gusti Winarni					
23	Ismi Widyaatuti					
24	Yuliana Dwi L					
25						
26						
27						

DAFTAR PENILAIAN DISKUSI SISWA SMA N 1 IMOGIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI IIS 1 HARI :

WALI KELAS: Dwi Purwanti, S.Pd. TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Diskusi

No		Mengkomunikasikan	mendengarkan	Berargumentasi	Berkontribusi	Jumlah skor
1	Aya Sofia Kurniasari					
2	Mindah Wismi Suratmojo					
3	Pamungkas Muji Rahayu					
4	Risza Amalia					
5	Yahya Nurfitra Hidayat					
6	Bagas Mujib Baihaqi					
7	Deviana					
8	Fajar Mahmud					
9	Puji Widyaningrum					
10	Syahru Aziz Munadhir					
11	Aji Mahendra Atmaja					
12	Aprilian Alfianti					
13	Erma Hidayah					
14	Ikhsan Amar Ma'ruf					
15	Reza Pahlevi Arifin					
16	Tomy Aditya					
17	Zyaqi Beston Abriasto					
18	Achmad Yoga Al Quddus					
19	Chisna Sulistyaningsih					
20	Danu Rogojati					
21	Mela Asnal Muna					
22	Puspa Dias Vira Ngesti					
23	Rahmad Alfian					
24	Susi Sri Rahayu					
25	Juni Lestari					
26	Okky Dwi Saputra					
27	Utami Setyaningrum					
28	Intan Maharani M. C.					
29	Rizka Anggraeni					
30	Ririh Dwi pangesti					

.....

DAFTAR PENILAIAN DISKUSI SISWA SMA N 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI IIS 2 HARI :

WALI KELAS: Sigit Nugroho, S.S. TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Diskusi

No		Mengkomunikasikan	mendengarkan	Berargumentasi	Berkontribusi	Jumlah skor
1	Arif Fitria Himawan					
2	Nur Indah Mubarakah					
3	Achmad Rifai Adi tama					
4	Bagas Yudha Irwandaru					
5	Erfin Setianing Hati					
6	Fird Zahrotun					
7	Imas Nur Astuti					
8	Laili Putri Istiqomah					
9	Ishmat M Habib					
10	Reza Mega Damayanti					
11	Ryan Triandika Putra					
12	Yulia Nur Ahmada					
13	Anas Fauzi Setiawan					
14	Edo Bagus Saputro					
15	Anisa Falakhusna Dewi					
16	Mei Ernawati					
17	Mita Rohmawati					
18	Nur Abdurrahman I					
19	Nur Eva Yuliana					
20	Sistriyanto					
21	Sukoco Ikhsan N					
22	Apreda Nur R					
23	Fadli Riyansyah					
24	Mona Nita S					
25	M Irfan					
26	Nida Priastiti					
27	Rizky Wahyu P					
28	Siska W					

DAFTAR PENILAIAN DISKUSI SISWA SMA N 1 IMOIRI

TAHUN PELAJARAN 2014/2015 SEMESTER 1

KELAS : XI IIS 4 HARI :

WALI KELAS: Rubiyanti, S.Sos TANGGAL :

Pertemuan ke :

Penilaian Diskusi

No		Mengkomunikasikan	mendengarkan	Berargumentasi	Berkontribusi	Jumlah skor
1	Andri Nur F					
2	Aulia Romadhoni					
3	Devita Rista R					
4	Dini Anggiani					
5	Dwi Santoso					
6	Frida Yanti					
7	Nor Rohmah Puji A					
8	Ahmad Nasyit					
9	Heni Wundari					
10	Sony Pangestu					
11	Wahyu Wrisni H					
12	Yohana Ekawati					
13	Adelia Dwi S					
14	Adi Royansyah					
15	Ahmad Taufiq					
16	Noni E					
17	Rizky Amalia					
18	Faisal Fajri					
19	Leni Dwiastuti					
20	Miftakhul Huda					
21	Prastiwi					
22	Yoga Wisnu B					
23	Arif Nurrohman					
24	Dimas anggito					
25	Nita Adelia R					
26	Sri Wulandari					
27	Agitaluh Candrasari					
28	Anggit Esti N					
29	Nurhuda F					
30	Teddy Yoga Pradana					



LAMPIRAN FOTO PROGRAM KERJA PPL UNY
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014



Universitas Negeri Yogyakarta

Pembelajaran permainan bola voli dengan model TGFU kelas 11 IIS 2 SMA N 1 Imogiri



Membuka Pembelajaran



Pemanasan atau Stretching



Menyampaikan Apersepsi dan Berdoa



Menyampaikan Materi



Melakukan Drill Passing atas dan bawah



LAMPIRAN FOTO PROGRAM KERJA PPL UNY
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014



Universitas Negeri Yogyakarta



Game 4 lawan 4 passing bawah



Game Passing Atas 3 Lawan 3



Drill servis atas dengan tembok



Drill passing atas dengan tembok



FOTO BERSAMA DI AKHIR PEMBELAJARAN BOLA VOLI

FOTO-PPL-Amrin Rosadi-11601244070-PJKR/FIK/ UNY-2014



LAMPIRAN FOTO PROGRAM KERJA PPL UNY
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014



Universitas Negeri Yogyakarta

KELAS 12 IPA 2 PEMEBELAJARAN ATLETIK NO. LARI GAWANG



FOTO-PPL-Amrin Rosadi-11601244070-PJKR/FIK/ UNY-2014



LAMPIRAN FOTO PROGRAM KERJA PPL UNY
SMA NEGERI 1 IMOIRI
TAHUN 2014



UniversitasNegeri Yogyakarta



PEMBELAJARAN SEPAK BOLA DENGAN MODEL TGFU KELAS 11 IIS 4

FOTO-PPL-Amrin Rosadi-11601244070-PJKR/FIK/ UNY-2014