

**LAPORAN INDIVIDU PRAKTIK PENGALAMAN
LAPANGAN
SMP N 4 NGAGLIK**

*Disusun dan diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam Mata Kuliah Praktik
Pengalaman Lapangan (PPL)*

Dosen Pembimbing Lapangan: Drs. Sridadi, M.Pd



Disusun oleh:

Muhammad Dien Iqbal

13601241096

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

Pengesahan Laporan Kegiatan PPL di SMP N 4 Ngaglik menyatakan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Muhammad Dien Iqbal
NIM : 13601241096
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 4 Ngaglik dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 dan laporan ini sebagai bukti pelaksanaannya.

Yogyakarta, 15 September 2016

Dosen Pembimbing PPL,



Drs. Sridadi, M. Pd

NIP. 19611230 198803 1 001

Guru Pembimbing,



Wiwik Sri Wahyuni

NIP. 19651201 198803 2 011

Mengetahui,

Kepala Sekolah
SMP N 4 Negeri Ngaglik



Dra. Agustin Margi Rahayu

NIP. 19630810 198703 2 013

Koordinator PPL
SMP N 4 Negeri Ngaglik



Basori, S.Pd

NIP. 19630426 198703 1 010

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga kami dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016 selama dua bulan, terhitung mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 di SMP N 4 Ngaglik, Sleman Yogyakarta.

Kami menyadari bahwa keberhasilan yang tercapai bukanlah karena kerja individu atau kelompok semata, tetapi berkat bantuan semua pihak yang ikut mendukung terselenggaranya program Praktik Pengalaman Lapangan ini. Oleh karena itu, kami menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, MA selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) tahun 2016.
2. Bapak Drs. Ngatman Soewito, selaku Kepala PP PPL & PKL UNY.
3. Bapak Drs. Sridadi, M. Pd selaku DPL yang selalu memberikan dukungan moril dan bimbingan selama PPL berlangsung.
4. Ibu Dra. Agustin Margi Rahayu, selaku Kepala SMP N 4 Ngaglik.
5. Ibu Wiwik Sri Wahyuni selaku guru pembimbing mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.
6. Seluruh warga sekolah SMP N 4 Ngaglik yang telah bersedia membantu pelaksanaan PPL tahun 2016.
7. Teman-teman anggota kelompok PPL di SMP N 4 Ngaglik telah bekerjasama dan membantu dalam pelaksanaan program.

Besar harapan kami, semua yang telah kami lakukan dapat bermanfaat bagi kemajuan SMP N 4 Ngaglik. Kami juga memohon maaf kepada semua pihak apabila kami melakukan kesalahan selama pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan ini.

Yogyakarta, 15 September 2016

Muhammad Dien Iqbal

13601241096

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v
ABSTRAK	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Analisis Situasi.....	3
C. Perumusan Program dan Perancangan Kegiatan PPL.....	7
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS	
A. Persiapan Praktik Pengalaman Lapangan.....	10
B. Pelaksanaan PPL.....	15
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	23
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	28
B. Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	30
LAMPIRAN.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Hasil Observasi
- Lampiran 2. Matriks PPL
- Lampiran 3. Laporan Mingguan Pelaksanaan PPL
- Lampiran 4. Laporan Dana Pelaksanaan PPL
- Lampiran 5. Kartu Bimbingan PPL
- Lampiran 6. Kalender Akademik
- Lampiran 7. Silabus
- Lampiran 8. Jadwal Pelajaran
- Lampiran 9. Jadwal Mengajar
- Lampiran 10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran 11. Soal dan Kunci Jawaban
- Lampiran 12. Daftar Nilai Siswa
- Lampiran 13. Daftar Hadir Siswa
- Lampiran 14. Dokumentasi

LAPORAN PELAKSANAAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN DI SMP N 4 NGAGLIK

Oleh: Muhammad Dien Iqbal

NIM: 13601241096

ABSTRAK

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kesempatan bagi Mahasiswa untuk mempraktikkan beragam teori yang mereka terima di bangku kuliah. Pada saat kuliah, mahasiswa menerima ilmu yang bersifat teoritis. Oleh karena itu, pada saat PPL ini, mahasiswa berkesempatan mengaplikasikan teori-teori tersebut tidak hanya dalam situasi simulasi tetapi dalam situasi sesungguhnya.

Kegiatan PPL ini dilaksanakan oleh mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) untuk melaksanakan pembelajaran PPL langsung pada lingkungan sekolah. Sekolah yang digunakan sebagai tempat praktik ini adalah SMP Negeri 4 Ngaglik yang berlokasi di Jl Palagan Tentara Pelajar, Wonorejo, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Pelaksanaan PPL di SMPN 4 Ngaglik dimulai pada tanggal 15 Juli 2016 hingga 15 September 2016 dan terbagi mengajar di kelas VII A, VIII A, dan VIII C

Sebelum kegiatan PPL berlangsung mahasiswa melaksanakan kegiatan praPPL yaitu pembekalan yang dilakukan oleh jurusan masing-masing, Pembelajaran micro teaching guna mempersiapkan praktik mengajar, dan melakukan observasi sehingga dapat memperoleh gambaran tentang kegiatan pembelajaran di SMP Negeri 4 Ngaglik. Setelah melalui kegiatan observasi, mahasiswa dapat merumuskan berbagai program kerja yang akan dilaksanakan. Program PPL yang direncanakan oleh mahasiswa antara lain; (1) Pembuatan RPP (2) Pembuatan Media Pembelajaran (3) Praktik mengajar; dan (4) Evaluasi Pembelajaran. Serangkaian program kerja PPL SMP Negeri 4 Ngaglik telah terlaksana dengan baik. Mahasiswa juga mendapatkan pengalaman yang berguna untuk menyelenggarakan kegiatan pembelajaran penjasorkes di ruangan maupun di lapangan.

Dengan adanya kegiatan PPL ini dapat dijadikan sebagai sarana untuk menjadikan diri sebagai guru atau pendidik yang profesional yaitu guru yang mempunyai nilai, sikap, kemampuan dan ketrampilan yang memadai sesuai dengan bidangnya masing-masing.

Kata Kunci: PPL, SMP Negeri 4 Ngaglik, pendidik

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan program yang ditujukan kepada mahasiswa. PPL bertujuan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik atau tenaga kependidikan, baik kompetensi pedagogik, kepribadian, professional, dan sosial. Program ini mempunyai kegiatan yang terkait dengan proses pembelajaran dan kegiatan yang mendukung berlangsungnya kegiatan pembelajaran.

Visi dari program PPL ini adalah sebagai wahana pembentukan calon guru atau tenaga kependidikan yang profesional. Sedangkan Misi dari PPL itu sendiri meliputi: menyiapkan dan menghasilkan calon guru atau tenaga kependidikan, mengintegrasikan dan mengimplementasikan ilmu yang telah dikuasainya, serta mengkaji dan mengembangkan praktek keguruan dan praktek kependidikan. Tujuan yang ingin dicapai dari pelaksanaan program PPL ini adalah untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon pendidik atau tenaga pendidikan yang profesional karena salah satu kunci penting dalam membangun kualitas pendidikan adalah pendidik dan tenaga kependidikan (terutama guru dan kepala sekolah). Sehingga mahasiswa siap dan memiliki *life skill* ketika mereka terjun ke lapangan karena telah mengetahui teori dari kuliah dan pelaksanaannya (praktek) di lapangan.

Sebelum dilaksanakan kegiatan PPL ini, mahasiswa sebagai praktikan telah menempuh kegiatan sosialisasi, yaitu pra-PPL melalui mata kuliah Pembelajaran *Micro Teaching* dan Observasi di SMP Negeri 4 Ngaglik. Pelaksanaan PPL di SMP Negeri 4 Ngaglik pada tahun 2016 terdiri dari 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Bahasa Indonesia, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan IPS, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, 2 mahasiswa jurusan IPA, 2 mahasiswa jurusan Bahasa Inggris, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, 2 mahasiswa jurusan Pendidikan Matematika. Program PPL ini dilaksanakan pada semester khusus tahun ajaran 2016/2017. Pelaksanaan kegiatan PPL dimulai dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Penulis melakukan kegiatan PPL di SMP N 4 Ngaglik bersama dengan teman-teman jurusan lain dari UNY.

Pelaksanaan PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan memecahkan masalah. Adapun tujuan dari pelaksanaan PPL adalah:

1. Memberikan pengalaman kepada mahasiswa dalam bidang pembelajaran dan managerial di sekolah atau lembaga, dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengenal, mempelajari, dan menghayati permasalahan sekolah atau lembaga baik yang terkait dengan proses pembelajaran maupun kegiatan managerial kelembagaan.
3. Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang telah dikuasai secara interdisipliner ke dalam kehidupan nyata di sekolah atau lembaga pendidikan.
4. Memacu pengembangan sekolah atau lembaga dengan cara menumbuhkan motivasi atas dasar kekuatan sendiri.
5. Meningkatkan hubungan kemitraan antara UNY dengan pemerintah daerah, sekolah, dan lembaga pendidikan terkait.

Dalam observasi diharapkan mahasiswa yang melaksanakan kegiatan PPL lebih mengenal lingkungan lokasi ditempatkannya yaitu di SMP N 4 Ngaglik, Sleman, DIY.

B. Analisis Situasi

1. Profil SMP Negeri 4 Ngaglik

SMP N 4 Ngaglik terletak di dusun Wonorejo jalan Palagan Tentara Pelajar, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta yang merupakan suatu sekolah menengah pertama dibawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman. Lokasi sekolah ini tergolong strategis, karena jauh dari jalan raya sehingga sekolah ini cukup kondusif untuk kegiatan belajar mengajar.

Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY 2016 pada periode kali ini. SMP Negeri 4 Ngaglik sudah dilengkapi dengan beberapa sarana prasarana penunjang kegiatan pembelajaran. Adapun sarana prasarana yang dimiliki oleh SMP Negeri 4 Ngaglik diantaranya adalah gedung sekolah yang terdiri dari ruang belajar, ruang kantor, ruang penunjang, lapangan, dan halaman sekolah.

SMP Negeri 4 Ngaglik memiliki visi dan misi sekolah sebagai berikut:

a. Visi sekolah “Unggul Dalam Prestasi Dan Berakhlak Mulia”

Yang memiliki indikator sebagai berikut:

1. Terwujudnya warga sekolah yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
2. Terwujudnya warga sekolah yang berakhlak mulia: bermoral, jujur, bertanggungjawab, santun, dan memiliki jiwa kebersamaan.
3. Terwujudnya warga sekolah yang berkepribadian: tangguh, memiliki rasa ingin tahu, suka bekerja keras, peduli, kreatif dan inovatif.
4. Terpenuhinya rata-rata kriteria ketuntasan Minimal (KKM) 75 untuk semua mata pelajaran.
5. Terpenuhinya rata-rata nilai Ujian Nasional 8,0.
6. Terwujudnya lulusan yang mampu memasuki persaingan kejenjang pendidikan yang lebih tinggi
7. Terwujudnya lulusan yang memiliki ketrampilan dasar dalam kehidupan (*life skill*)
8. Terwujudnya lulusan yang memiliki keunggulan dalam olimpiade sains, keagamaan olahraga, dan kesenian.
9. Terwujudnya Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (Kurikulum SMPN 4 Ngaglik) lengkap.
10. Terwujudnya perangkat pembelajaran yang lengkap
11. Terselenggaranya proses pembelajaran dengan pendekatan saintifik yang ditandai dengan mengamati, menanya, mendata/mengumpulkan

informasi, mengasosiasi, dan mengkomunikasi dengan metode *project based-learning, problem based-learning, discovery learning*

12. Terselenggaranya proses pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, dan menyenangkan.
13. Terpenuhinya tenaga pendidik dan tenaga kependidikan yang profesional.
14. Terpenuhinya sarana dan prasarana pembelajaran yang memenuhi standar nasional
15. Terpenuhinya pembiayaan yang memadai.
16. Terselenggaranya penilaian: pengetahuan, keterampilan, dan sikap dengan penilaian otentik/ *authentic assessment*.
17. Terciptanya budaya hidup bersih, disiplin kerja, tertib, tata krama *in action* di sekolah, keluarga, dan masyarakat.
18. Terciptanya lingkungan sekolah yang bersih, sehat, asri, nyaman, dan kondusif.

b. Misi dari SMP Negeri 4 Ngaglik sebagai berikut:

- 1) Menyusun dan melaksanakan KTSP yang lengkap dan memadai
- 2) Melaksanakan proses pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan
- 3) Mewujudkan prestasi akademik dan non akademik
- 4) Melaksanakan pendidikan karakter terintegrasi
- 5) Meningkatkan kompetensi dan profesional tenaga pendidik dan kependidikan
- 6) Meningkatkan sarana dan prasarana sekolah
- 7) Melaksanakan manajemen berbasis sekolah
- 8) Meningkatkan pendapatan sekolah
- 9) Menyusun dan melaksanakan sistem penilaian yang memadai
- 10) Melaksanakan 7 K (kebersihan, keindahan, kesehatan, kerindangan, keamanan, ketertiban, kekeluargaan)
- 11) Melaksanakan pengembangan diri melalui pembiasaan yang terprogram, rutin, Spontan, dan keteladanan

2. Kondisi Fisik

Kondisi fisik sekolah ini pada umumnya sudah baik dan memenuhi syarat untuk menunjang proses pembelajaran. Selain itu SMP Negeri 4 Ngaglik memiliki fasilitas-fasilitas yang cukup memadai guna menunjang proses pembelajaran. Sekolah ini tidak terlalu dekat dari jalan raya sehingga menciptakan suasana yang kondusif untuk proses pembelajaran.

Beberapa Fasilitas Ruang yang ada di SMP Negeri 4 Ngaglik, meliputi:

No.	Jenis Fasilitas	Jumlah	Kondisi
1.	Ruang Kelas	12	Baik
2.	Laboratorium IPA	1	Baik
3.	Laboratorium Bahasa	1	Baik
4.	Laboratorium Komputer	1	Baik
5.	Perpustakaan	1	Baik
6.	UKS	1	Baik
7.	Ruang Bimbingan dan konseling	1	Baik
8.	Ruang Guru	1	Baik
9.	Kantor TU	1	Baik
10.	Kantor Kepala Sekolah	1	Baik
11.	Koperasi	1	Baik
12.	Gazebo atau Pendopo	1	Baik
13.	Ruang tunggu atau Hall	1	Baik
14.	Ruang Osis	1	Baik
15.	Mushola	1	Baik
16.	Kamar mandi WC	10	Baik
17.	Dapur	1	Baik
18.	Ruang Keterampilan	1	Baik
19.	Tempat Parkir Sepeda Siswa	1	Baik
20.	Lapangan Upacara	1	Baik
21.	Lapangan voli (terletak di lapangan upacara)	2	Baik
21.	Tempat parkir motor guru	1	Baik
22.	Kantin Sekolah	2	Baik
23.	Lapangan Basket	1	Baik
24.	Gudang Alat Olahraga	1	Baik

➤ Sarana Prasarana pendukung kegiatan belajar mengajar

1) Media pengajaran

SMP N 4 Ngaglik, Sleman mempunyai media yang cukup memadai, hal ini ditandai dengan disemua kelas terdapat papan tulis yang baik (*whiteboard*), kursi sebanyak jumlah siswa. Terdapat juga media berupa *LCD projector* di sebagian kelas.

2) Perpustakaan

Buku- buku di perpustakaan cukup lengkap tetapi masih perlu dilakukan penataan kembali mengingat kondisi ruangan yang kecil.

3) OSIS

Kegiatan OSIS sudah berjalan dengan maksimal, seperti kegiatan upacara bendera untuk memperingati hari raya besar, kegiatan Masa Orientasi Siswa (MOS).

4) UKS

Fasilitas yang ada di UKS sudah baik, kondisi ruangan bersih dan nyaman.

5) BK

Terbagi atas konseling individu dan konseling kelompok. Kegiatan bimbingan belajar sudah berjalan dengan baik.

6) Sarana dan Prasarana Olahraga yang meliputi:

- a. Lapangan Bola Voli
- b. Lapangan basket
- c. Lapangan tenis meja
- d. Bak pasir lompat jauh
- e. Tiang dan mistar untuk lompat tinggi
- f. Gawang futsal
- g. Bola (sepak, voli, basket, tenis, bulutangkis, tenis meja)
- h. Matras
- i. Net (Voli, tenis meja)
- j. *Start block*
- k. Lembing dan tolak peluru
- l. Tongkat kasti
- m. Tongkat estafet
- n. Raket bulutangkis
- o. Bet tenis meja
- p. *Holahoop*
- q. Kun

7) Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler belum berjalan dengan baik. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan berikut ini.

- a) Pramuka
- b) Mading (majalah dinding)
- c) Voli
- d) Basket

e) Pencak Silat (Tapak suci)

f) Sepak bola

3. Kondisi Non Fisik

a. Keadaan Lingkungan

SMP Negeri 4 Ngaglik memiliki tempat yang cukup tenang untuk proses belajar mengajar karena letaknya yang tidak dekat dengan jalan raya. Selain itu, sekolah ini berada pada daerah perkampungan yang cukup tenang.

b. Potensi siswa

Jumlah kelas total ada 12 ruang, 4 ruang untuk kelas 1, 4 ruang untuk kelas 2, dan 4 ruang untuk kelas 3. Setiap kelas, rata-rata terdapat 32 siswa, sesuai dengan standar yang ditetapkan. Jumlah murid keseluruhan ada 377 anak, dengan rincian: kelas VII sebanyak 121 anak, kelas VIII sebanyak 128 anak dan kelas IX sebanyak 128 anak. Siswa SMP N 4 Ngaglik memiliki prestasi antara lain: Juara Karate tingkat DIY yang dipegang oleh siswa kelas IX A

c. Potensi guru

Jumlah tenaga pengajar keseluruhan sebanyak 25 orang, rata-rata bergelar sarjana. Setiap tenaga pengajar mengampu satu bidang studi tertentu. Terdapat tenaga pengajar sebanyak 21 orang yang bergelar S1, 4 orang yang belum bergelar sarjana. Dari keseluruhan tenaga pengajar tersebut, 23 orang sudah menjadi guru tetap (GT) dan bergelar PNS dan 2 orang masih berstatus sebagai guru tidak tetap (GTT). Dibantu dengan jumlah tenaga administrasi di Tata Usaha sebanyak 9 orang dan 1 orang sebagai laboran.

C. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

1. Perumusan masalah

Terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi setelah dilakukan observasi pembelajaran di SMP Negeri 4 Ngaglik yang harus perlu adanya pemecahan, diantaranya kondisi siswa yang cukup ramai dan sebagian siswa kurang aktif, siswa yang sering melakukan aktivitas di luar instruksi guru dan tidak bisa fokus sehingga yang perlu dipersiapkan adalah bagaimana pengelolaan kelas yang baik dan bagaimana penyampaian materi dengan kondisi siswa seperti di atas.

Permasalahan yang ditemukan yang berkaitan dengan media pembelajaran adalah kurang optimalnya penggunaan sarana prasarana terutama menyangkut alat-alat olahraga untuk meningkatkan Sumber Daya

Manusia (SDM) dan kualitas sekolah sendiri. Seperti jumlah bola sepak yang terbilang cukup banyak namun karena pemeliharaan yang kurang sehingga hanya sedikit yang bisa digunakan untuk proses pembelajaran.

Berdasarkan analisis situasi dari hasil observasi, maka kelompok PPL UNY di SMP Negeri 4 Ngaglik berusaha merancang program kerja yang diharapkan dapat menjadi stimulus awal bagi pengembangan sekolah. Program kerja yang direncanakan telah mendapat persetujuan Kepala Sekolah, Dosen Pembimbing Lapangan dan hasil mufakat antara guru pembimbing dengan mahasiswa, yang disesuaikan dengan disiplin ilmu, keahlian dan kompetensi yang dimiliki oleh setiap personel yang tergabung dalam tim PPL UNY. Program kerja tersebut diharapkan dapat membangun dan memberdayakan segenap potensi yang dimiliki oleh SMP Negeri 4 Ngaglik sebagai wilayah kerja tim PPL.

2. Rancangan Kegiatan PPL

PPL dimulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016 yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Ngaglik. Agar pelaksanaan kegiatan PPL dapat terarah dengan baik dalam rangka mencapai apa yang diharapkan, maka diperlukan adanya penyusunan rencana program kegiatan PPL tersebut yaitu:

a. Perangkat Pembelajaran

1) Satuan Pelajaran

Satuan pelajaran disusun sebagai acuan bahan ajar yang akan disampaikan dalam setiap sub-kompetensi. Satuan pelajaran ini dibuat mahasiswa praktikan dengan mendapatkan bimbingan dari guru pembimbing.

2) Satuan Acara Pembelajaran

Satuan acara pembelajaran atau RPP dibuat berdasarkan Kurikulum 2013 Revisi untuk kelas VII dan KTSP untuk kelas VIII dan IX. Satuan acara pembelajaran ini dibuat sebagai acuan dalam pembuatan satuan pelajaran. Mahasiswa PPL membuat satuan acara pembelajaran yang kemudian dikonsultasikan dengan guru pembimbing.

b. Proses Pembelajaran

1) Penyiapan Materi Bahan Ajar

a) Media Pembelajaran

b) Penyusunan Materi Pelajaran

2) Penyampaian Materi Ajar

- a) Memberikan pengantar materi (apersepsi)
 - b) Teori/praktek
 - c) Diskusi tanya jawab
 - d) Aplikasi/praktek
- c. Konsultasi dengan Guru Pembimbing
- Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan konsultasi dengan guru pembimbing tentang materi apa saja yang akan disampaikan. Selain itu, praktikan juga konsultasi RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) dan tugas-tugas yang akan diberikan dengan guru pembimbing.
- d. Penyusunan Laporan
- 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 disyahkan sebelum waktu penarikan.
- e. Penarikan PPL
- Kegiatan penarikan PPL dilakukan tanggal 15 September 2016 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Ngaglik pada tahun 2016. Kegiatan penarikan PPL dilakuakn oleh Dosen Pembimbing Lapangan kepada pihak sekolah sebagai tanda bahwa telah selesainya PPL UNY 2016 di SMP Negeri 4 Ngaglik.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah suatu kegiatan kurikuler, yang meliputi praktik mengajar dengan bimbingan serta tugas-tugas lain sebagai penunjang untuk memperoleh profesionalisme yang tinggi di bidang mengajar. PPL adalah kegiatan yang wajib ditempuh oleh mahasiswa S1 UNY program kependidikan karena orientasi utamanya adalah kependidikan. Dalam hal ini akan dinilai bagaimana mahasiswa praktikan mengaplikasikan segala ilmu pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama dibangku kuliah ke dalam kehidupan sekolah. Faktor-faktor penting yang sangat mendukung dalam pelaksanaan PPL antara lain kesiapan mental, penguasaan materi, penguasaan dan pengelolaan kelas, penyajian materi, kemampuan berinteraksi dengan peserta didik, guru, karyawan, orang tua/wali murid, dan masyarakat sekitar. Jika praktikan hanya menguasai sebagian dari faktor di atas maka pada pelaksanaan PPL akan mengalami kesulitan. Adapun syarat akademis yang harus dipenuhi adalah sudah lulus mata kuliah Pengajaran Mikro (*micro teaching*) serta harus mengikuti pembekalan PPL yang diadakan oleh universitas sebelum mahasiswa diterjunkan ke lokasi.

Pelaksanaan observasi lingkungan sekolah dilaksanakan secara berkelompok, sedangkan observasi kelas dilaksanakan melalui kesepakatan bersama antara praktikan dengan guru pembimbing pada masing-masing pelajaran di sekolah. Serangkaian kegiatan persiapan diawali dengan kegiatan observasi. Cerminan seluruh kegiatan observasi dapat digunakan praktikan sebagai acuan dasar kegiatan PPL.

Agar dapat berhasil dengan baik, sebelum melakukan praktik mengajar (PPL) mahasiswa terlebih dahulu melakukan persiapan-persiapan. Hal ini dimaksudkan agar mahasiswa bisa beradaptasi dengan tugas yang akan dibebankan sekaligus mempersiapkan diri secara optimal sehingga saat mengajar di kelas sudah benar-benar siap. Persiapan ini meliputi media pengajaran yang akan digunakan dan sudah tentu materi yang akan di ajarkan. Agar konsep yang benar dapat disampaikan kepada peserta didik.

Praktik pengalaman lapangan yang difungsikan sebagai media untuk mengembangkan kompetensi yang professional melalui pengalaman nyata, maka PPL seharusnya memberikan ruang yang luas bagi mahasiswa untuk mengembangkan diri. Oleh karena itu, mahasiswa dalam pelaksanaan PPL hendaknya tidak berbuat seenaknya, akan tetapi haruslah memiliki program yang terencana secara baik dan tepat.

Pelaksanaan observasi ini bertujuan untuk memperoleh pengetahuan mengenai tugas guru, khususnya dalam penampilan mengajar yang meliputi:

- Membuka pelajaran
- Penyajian materi
- Metode pembelajaran
- Penggunaan bahasa
- Penggunaan waktu
- Gerak
- Cara memotivasi peserta didik
- Teknik bertanya
- Teknik penguasaan kelas
- Penggunaan media
- Bentuk dan cara evaluasi
- Menutup pelajaran
- Administrasi kelengkapan guru mengajar.

Dengan melihat cara guru mengajar tersebut dan keaktifan para peserta didik, maka dapat dilihat gejala yang timbul dari proses belajar mengajar, seperti permasalahan kelebihan dan kekurangannya. Dari gejala tersebut dapat diidentifikasi menurut pemantauan di kelas ketika Kegiatan Belajar Mengajar (KBM), seperti tingkah laku peserta didik dan guru, lingkungan kelas, serta karakteristik yang paling dominan dalam kelas. Dari identifikasi tersebut dapat dilakukan sebuah rancangan ke depan, ketika penerjunan PPL. Kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dalam kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan meliputi:

1. Tahap Pra- PPL I

Pada tahap ini mahasiswa memperoleh dua paket yaitu teori pembelajaran dan kajian kurikulum. Paket ini terwujud dalam mata kuliah,

2. Tahap Pra- PPL II

Pada tahap ini terdiri dari tiga paket yaitu:

a. Pengajaran Mikro (*micro teaching*)

Kegiatan ini merupakan simulasi pembelajaran di kelas yang dilaksanakan di bangku kuliah selama satu semester sebanyak 2 SKS. Kegiatan ini dilakukan sebagai salah satu kegiatan pra-PPL agar mahasiswa PPL lebih siap dan lebih matang dalam melakukan praktik belajar mengajar di kelas saat kegiatan PPL berlangsung. Hal ini dimaksudkan untuk

menyiapkan mahasiswa dalam melakukan kegiatan praktik mengajar, diwujudkan dalam kegiatan praktikum bimbingan belajar. Berbagai macam metode dan media pembelajaran diujicobakan dalam kegiatan ini, sehingga mahasiswa memahami media yang sesuai untuk setiap materi. Serta keterampilan bertanya yang baik pada saat mengajar agar guru mampu membimbing siswa dalam memahami konsep pembelajaran.

b. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL dilakukan dengan tujuan agar mahasiswa memiliki bekal pengetahuan dan keterampilan praktis demi pelaksanaan program dan tugas-tugasnya di sekolah.

Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi praktikan karena dapat memberikan sedikit gambaran tentang pelaksanaan pendidikan yang relevan dengan kebijakan-kebijakan baru di bidang pendidikan dan materi yang terkait dengan program PPL di lapangan. Kegiatan ini dilakukan sebelum mahasiswa terjun ke lapangan. Selain adanya persiapan yang dilaksanakan di kampus yang berupa pembekalan, sebelum terjun ke lokasi PPL praktikan (mahasiswa) diberikan latihan mengajar bersama dengan praktikan lainnya pada mata kuliah *micro teaching* oleh dosen pembimbing.

Pembekalan PPL ini berlangsung selama 1 hari, pembekalan bersifat umum dengan tujuan membekali mahasiswa dalam pelaksanaan PPL agar dalam pelaksanaannya mahasiswa dapat menyelesaikan program dengan baik. Dalam pembekalan ini mahasiswa memperoleh gambaran pelaksanaan PPL pada tahun-tahun sebelumnya. Berdasarkan pengalaman tersebut mahasiswa di harapkan dapat mengambil sisi positif dan menghindarkan sisi negatifnya.

c. Observasi Sekolah

Observasi dilakukan dalam dua bentuk, yaitu:

1) Observasi Pra PPL

Observasi yang dilakukan meliputi:

- Observasi fisik yang menjadi sasaran adalah gedung sekolah, kelengkapan sekolah dan lingkungan yang akan menjadi tempat praktik
- Observasi proses pembelajaran, mahasiswa melakukan pengamatan proses pembelajaran dalam kelas meliputi metode yang digunakan, media yang digunakan, administrasi mengajar berupa media pembelajaran, RPP dan strategi pembelajaran.

- Observasi siswa, meliputi perilaku siswa ketika proses pembelajaran ataupun di luar kelas. Digunakan sebagai masukan untuk menyusun strategi pembelajaran.

2) Observasi kelas pra mengajar pada bulan Februari

Observasi dilakukan pada kelas yang akan digunakan untuk praktik mengajar, tujuan kegiatan ini antara lain:

- Mengetahui materi yang akan diberikan
- Mempelajari metode pengajaran guru
- Mempelajari situasi kelas
- Mempelajari kondisi siswa (aktif/ tidak aktif)

Observasi di kelas dilakukan dengan tujuan mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses belajar mengajar di kelas, sehingga apabila pada saat tampil di depan kelas, mahasiswa telah mempersiapkan strategi yang tepat untuk menghadapi siswa. Adapun yang menjadi titik pusat kegiatan ini adalah segala sesuatu yang berhubungan dengan cara guru mengajar, yang meliputi perangkat pembelajaran, proses pembelajaran, dan perilaku siswa. Perangkat pembelajaran ini mencakup silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Proses pembelajaran mencakup membuka pelajaran, metode pembelajaran, penyajian materi, penggunaan bahasa, waktu, gerak, cara memotivasi siswa, teknik bertanya, penguasaan kelas, penggunaan media, bentuk dan cara evaluasi, dan menutup pelajaran. Sedangkan perilaku siswa mencakup perilaku siswa di kelas dan di luar kelas. Berdasarkan observasi ini praktikan telah mempunyai gambaran tentang sikap maupun tindakan yang harus dilakukan waktu mengajar.

3. Tahap PPL

Pada tahap ini ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh mahasiswa, yaitu:

a. Pembuatan Pesiapan Mengajar

Persiapan mengajar sangat diperlukan sebelum mengajar. Melalui persiapan yang matang, mahasiswa PPL diharapkan dapat memenuhi target yang ingin dicapai. Persiapan yang dilakukan untuk mengajar antara lain:

- Konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing

Berdasarkan prosedur pelaksanaan PPL, setiap mahasiswa sebelum mengajar wajib melakukan koordinasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan PPL (DPL) dan guru pembimbing di sekolah mengenai RPP dan waktu mengajar. Hal ini dikarenakan setiap mahasiswa yang akan melakukan praktik

mengajar, guru dan dosen pembimbing harus hadir mengamati mahasiswa yang mengajar di kelas.

Koordinasi dan konsultasi dengan dosen dan guru pembimbing dilakukan sebelum dan setelah mengajar. Sebelum mengajar guru memberikan materi yang harus disampaikan pada waktu mengajar. Dan setelah mengajar dimaksudkan untuk memberikan evaluasi cara mengajar mahasiswa PPL.

- Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan pada siswa harus disesuaikan dengan kurikulum dan silabus yang digunakan. Selain menggunakan buku paket, penggunaan buku referensi yang lain sangat diperlukan agar proses belajar mengajar berjalan lancar. Mahasiswa PPL juga harus menguasai materi yang akan disampaikan.

- Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Pembuatan dan penyusunan RPP dilakukan berdasarkan silabus yang telah ada. Pada awalnya, Silabus dan RPP yang digunakan tahun pelajaran 2016/2017 di SMP Negeri 4 Ngaglik untuk mata pelajaran Penjasorkes adalah KTSP untuk seluruh kelas. Kemudian terjadi perubahan pada tanggal 8 Agustus menjadi Kurikulum 2013 untuk kelas VII dan menggunakan kurikulum KTSP 2006 untuk kelas VIII dan IX. Jumlah jam Penjasorkes untuk kurikulum KTSP adalah 2 jam pelajaran dan 3 jam pelajaran untuk kurikulum 2013.

- Pembuatan media pembelajaran

Media pembelajaran merupakan faktor pendukung yang penting untuk keberhasilan proses pengajaran. Media pembelajaran adalah suatu alat yang digunakan sebagai media dalam menyampaikan materi kepada siswa agar mudah dipahami oleh siswa. Media pembelajaran harus sudah disiapkan sebelum KBM di mulai. *LCD Projector* bisa dimanfaatkan untuk penyampaian materi dengan video.

- Pembuatan alat evaluasi

Alat evaluasi ini berfungsi untuk mengukur seberapa jauh siswa dapat memahami materi yang disampaikan. Alat evaluasi berupa tugas praktik bagi siswa baik secara individu maupun kelompok.

- Umpan Balik dari Pembimbing

Selama kegiatan praktik mengajar, mahasiswa mendapat bimbingan dari guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL. Dalam kegiatan praktik pengalaman lapangan, guru pembimbing dan dosen pembimbing PPL sangat berperan dalam kelancaran penyampaian materi. Guru pembimbing di sekolah

memberikan saran dan kritik kepada mahasiswa setelah selesai melakukan praktikan mengajar sebagai evaluasi dan perbaikan guna meningkatkan kualitas pembelajaran selanjutnya. Dosen pembimbing PPL juga memberikan masukan tentang cara memecahkan persoalan yang dialami mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran. Beberapa point evaluasi yang sangat penting untuk di cermati adalah:

- Pembuatan RPP pada kegiatan inti lebih disesuaikan dengan indikator pembelajaran yang ada
- Menyampaikan manfaat pembelajarannya
- Penguasaan konsep materi
- Pengelolaan kelas di dalam lapangan.

b. Program Mengajar

Tahap ini merupakan latihan mengajar yang mengupayakan mahasiswa dapat menerapkan kemampuan mengajar secara utuh dan terintegrasi dengan guru pembimbing yang dilaksanakan pada awal PPL. Setelah itu mahasiswa melakukan praktik mengajar mandiri dengan menentukan sendiri tugas, pelaksanaan dan metode yang akan digunakan dalam proses belajar mengajar. Namun guru pembimbing tetap bertanggung jawab atas semua pelaksanaan kegiatan belajar mengajar.

1) Penulisan Laporan

Penulisan laporan ini dikerjakan secara individu, rangkap tiga eksemplar, yaitu untuk DPL, guru pembimbing dan mahasiswa praktikan.

2) Evaluasi

Evaluasi dibutuhkan dalam bimbingan konseling untuk peningkatan layanan bimbingan. Evaluasi ditunjukkan pada program kerja praktikan yang melaksanakan PPL oleh guru pembimbing. Evaluasi bertujuan untuk mengukur kemampuan mahasiswa dan aspek penguasaan kemampuan profesional, personal dan interpersonal. Format penilaian meliputi penilaian proses pembelajaran, satuan layanan.

B. Pelaksanaan PPL (Praktik Terbimbing dan Mandiri)

Program PPL:

a. Pelaksanaan Praktik Mengajar Terbimbing

Untuk pelaksanaan praktik mengajar terbimbing, mahasiswa praktikan mendapatkan kesempatan praktik mengajar dengan diawasi oleh guru di kelas VII B, VIII C dan VIII D. Setelah terjadi perubahan jadwal dan kurikulum, mahasiswa praktikan mendapatkan bagian mengajar kelas VII A, VIII A dan VIII C. Sebelum melakukan praktik mengajar, terlebih dahulu guru pembimbing memberikan

suatu arahan mengenai pengembangan silabus, format RPP, dan kelengkapan lain dalam mengajar yang digunakan di SMP Negeri 4 Ngaglik. Materi yang ditugaskan kepada mahasiswa untuk disampaikan kepada peserta didik yaitu dengan memberikan materi teori untuk kelas VII tentang lari jarak menengah, lompat jauh, bulutangkis dan aktivitas ritmik. Jam untuk teori dilakukan di ruangan selama 1 jam pelajaran. Untuk materi praktik yang diajarkan untuk kelas VII dan VIII selama 2 jam pelajaran untuk setiap kelas adalah oleh kelas adalah sepak bola, lari jarak menengah, lompat jauh, bulutangkis dan aktivitas ritmik.

b. Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi, penugasan dan permainan yang dilakukan dengan cara yang berbeda-beda. Dengan kata lain, siswa dilibatkan secara langsung dan dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan belajar di kelas dan di luar kelas.

1) Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP disusun sebagai skenario pembelajaran yang berisi tentang jalan cerita pembelajaran pada pertemuan tersebut. RPP berisi tentang Kompetensi Inti, Kompetensi Dasar, Indikator pencapaian kompetensi, tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, media yang digunakan, strategi pembelajaran yang akan di pilih, alokasi waktu dan sistem penilaian yang akan digunakan. RPP disusun disetiap pertemuan. RPP merupakan janji yang harus ditepati oleh guru.

2) Membuka Pelajaran

Tujuan membuka pelajaran adalah agar siswa siap untuk menerima materi yang akan disampaikan oleh guru. Baik secara fisik maupun secara mental. Membuka pelajaran meliputi beberapa kegiatan berikut:

- a) Membuka pelajaran dengan salam dan doa.
- b) Mempresensi siswa.
- c) Apersepsi bahan ajar/materi.
- d) Menyampaikan tujuan yang akan dicapai dan metode yang digunakan.

3) Menjelaskan Materi

Agar penyampaian materi dapat berjalan dengan lancar, maka guru harus menciptakan suasana kelas yang kondusif. Metode yang digunakan adalah ceramah dan demonstrasi,. Selama menjelaskan materi perlu adanya contoh langsung dari guru dan dari salah satu siswa agar dapat memahami secara penuh konsep materi yang diajarkan.

4) Mengelola Kelas

Setiap kelas memiliki karakter yang berbeda-beda. Oleh karena itu, model pembelajaran yang digunakan pun berbeda pula. Adapun model yang digunakan memiliki tujuan yang sama, yakni menarik perhatian peserta didik sehingga mereka dapat terfokus dengan materi yang disampaikan.

5) Menutup Pelajaran

Proses Belajar Mengajar (PBM) ditutup dengan mengadakan refleksi terhadap materi yang telah dipelajari, evaluasi, siswa membuat kesimpulan dengan bimbingan guru, dan memberikan tugas dan diakhiri dengan doa.

Adapun hasil proses PPL yang dilaksanakan oleh praktikan dari tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016 adalah sebagai berikut:

No	Tanggal	Kelas	Jam ke-	Materi
1	Senin, 25 Juli 2016	IX B dan XI A	1-2 dan 4-5	<i>Team Teaching</i> . Materi bola tangan modifikasi. Menggantikan guru pembimbing yang sedang ada tugas di luar sekolah.
2	Selasa, 26 Juli 2016	VIII D	4-5	Menjelaskan dan demonstrasi materi tentang sepak bola. Praktik teknik mengumpan dan menghentikan bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun. .
3	Rabu, 27 Juli 2016	VII B	1-2	Menjelaskan dan demonstrasi materi tentang sepak bola. Praktik teknik mengumpan dan menghentikan bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi

				Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.
4	Kamis, 28 Juli 2016	VIII C	4-5	Menjelaskan dan demonstrasi materi tentang sepak bola. Praktik teknik mengumpan dan menghentikan bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.
5	Jum'at, 29 Juli 2016	IX C dan XI D	1-2 dan 3-4	<i>Team Teaching</i> . Materi bola tangan modifikasi. Menggantikan guru pembimbing yang sedang ada tugas di luar sekolah.
6	Selasa, 2 Agustus 2016	VIII D	4-5	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Praktik teknik menggiring dan menendang bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.
7.	Rabu, 3 Agustus 2016	VII B	1-2	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Praktik teknik menggiring dan menendang bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.

8.	Kamis, 4 Agustus 2016	VIII C	4-5	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Praktik teknik menggiring dan menendang bola. Di akhir pembelajaran siswa melakukan permainan sepak bola yang telah di modifikasi Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.
9.	Selasa, 9 Agustus 2016	VII A	1-3	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Pengambilan nilai sepak bola untuk teknik mengumpan, menghentikan, menggiring dan menembak bola. Menggunakan 6 buah bola sepak dan 10 buah kun.
10.	Rabu, 10 Agustus 2016	VIII A	4-5	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Pengambilan nilai sepak bola untuk teknik mengumpan, menghentikan, menggiring dan menembak bola
11.	Kamis, 11 Agustus 2016	VIII C	4-5	Melanjutkan materi tentang sepak bola. Pengambilan nilai sepak bola untuk teknik mengumpan, menghentikan, menggiring dan menembak bola
12.	Selasa, 16 Agustus 2016	VII A	1-3	Materi pembelajaran lari jarak menengah. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian teori di ruangan selama 1 jam dan dilanjutkan dengan praktik di luar kelas. <i>start</i> jongkok dan berdiri, kemudian dilanjutkan dengan

				lari Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
13.	Kamis, 18 Agustus 2016	VIII C	4-5	Materi pembelajaran lari jarak menengah. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian praktik di luar kelas. Belajar <i>start</i> berdiri dan dilanjutkan dengan lari. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
14.	Selasa, 23 Agustus 2016	VII A	1-3	Materi pembelajaran lompat jauh. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian teori di ruangan selama 1 jam dan dilanjutkan dengan praktik di luar kelas. Belajar teknik awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
15.	Rabu, 24 Agustus 2016	VIII A	4-5	Materi pembelajaran lari jarak menengah. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian praktik di luar kelas. Belajar <i>start</i> berdiri dan dilanjutkan dengan lari. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
16.	Kamis, 25 Agustus 2016	VIII C	4-5	Materi pembelajaran lompat jauh. Pembelajaran dilakukan dengan dengan praktik di luar kelas. Belajar teknik awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Pengambilan nilai

				dilakukan di akhir pembelajaran.
17	Selasa, 30 Agustus 2016	VII A	1-3	Materi pembelajaran Bulu tangkis. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian teori di ruangan selama 1 jam dan dilanjutkan dengan praktik di luar kelas. Siswa mempelajari teknik <i>backhand</i> dan <i>forehand</i> . Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
15.	Rabu, 31 Agustus 2016	VIII A	4-5	Materi pembelajaran lompat jauh. Pembelajaran dilakukan dengan dengan praktik di luar kelas. Belajar teknik awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
16.	Kamis, 1 September 2016	VIII C	4-5	Materi pembelajaran bulu tangkis. Pembelajaran dilakukan dengan dengan praktik di luar kelas. Belajar teknik awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
17	Selasa, 6 September 2016	VII A	1-3	Materi pembelajaran aktivitas ritmik. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian teori di ruangan selama 1 jam dan dilanjutkan dengan praktik di luar kelas. Siswa melihat video “Senam Kesegaran Jasmani 2012” dan

				mengikuti gerakan yang ada. Pengambilan nilai dilakukan saat siswa mengikuti gerakan.
18	Rabu, 7 September 2016	VIII A	4-5	Materi pembelajaran bulu tangkis. Pembelajaran dilakukan dengan dengan praktik di luar kelas. Belajar teknik awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Pengambilan nilai dilakukan di akhir pembelajaran.
19	Kamis, 8 September 2016	VIII C	4-5	Materi pembelajaran aktivitas ritmik. Pembelajaran dilakukan dengan penyampaian teori di ruangan selama 1 jam dan dilanjutkan dengan praktik di luar kelas. Siswa melihat video “Senam Kesegaran Jasmani 2012” dan mengikuti gerakan yang ada. Pengambilan nilai dilakukan saat siswa mengikuti gerakan.

c. Pembuatan Sistem Penilaian

Untuk penilaian ulangan harian diadakan setelah selesainya penyampaian materi yang diajarkan dalam setiap cabang olahraga. Sistem penilaian menggunakan skor maksimal 3 untuk setiap aspek yang diamati dan langsung menggunakan nilai kumulatif atau nilai akhir.

d. Pelaksanaan Evaluasi

Evaluasi dilakukan setiap pembelajaran telah selesai dilaksanakan. Jenis evaluasi yang dilakukan berupa praktik lapangan sesuai dengan materi ajar hari itu, untuk kelas VII dan VIII terdapat pengambilan penilaian sepakbola, lari menengah 1500 meter, lompat jauh, bulutangkis, dan senam irama (SKJ 2012).

e. Pelaksanaan Koreksi Hasil Kerja Peserta Didik

Dalam pelaksanaan praktik pembelajaran, peserta didik diberikan beberapa tugas tertulis yang perlu dikoreksi. Dalam hal ini praktikan memerlukan waktu

untuk mengoreksi pekerjaan 32 siswa dari masing-masing kelas yang diampu yaitu kelas VII B, VII C, dan VIII B.

f. Perekapan Nilai Peserta Didik

Hasil kerja peserta didik yang telah dikoreksi kemudian direkap kedalam daftar nilai peserta didik.

g. Pengolahan Nilai Peserta Didik

Nilai harian peserta didik yang telah didapatkan dari beberapa praktik dan tes tertulis kemudian dianalisis lebih lanjut untuk mengetahui tingkat keberhasilan pembelajaran dan untuk mengetahui kelemahan peserta didik sehingga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi.

h. Pelaksanaan Praktik Persekolahan

Praktik persekolahan merupakan kegiatan yang wajib dilakukan oleh mahasiswa praktik selain praktik pembelajaran. Praktik persekolahan ini dimaksudkan untuk mengetahui, memahami dan melibatkan mahasiswa secara langsung pada kegiatan sekolah, seperti membantu persiapan pelaksanaan upacara bendera, mengikuti upacara bendera hari Senin, mengikuti upacara hari kemerdekaan RI, melaksanakan piket 3S, dan melaksanakan piket harian guru.

Praktik persekolahan dilaksanakan pada pukul 06.30 WIB sampai dengan pukul 13.30 WIB untuk hari senin-Rabu, pukul 06.30 WIB sampai dengan 12.30 WIB untuk hari Kamis dan Sabtu, dan dari pukul 06.30 WIB sampai dengan 10.55 WIB di hari Jumat.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi

1. Umpan Balik Guru Pembimbing

Pada pelaksanaan PPL ini tidak lepas dari peranan guru pembimbing dari sekolah, yaitu Ibu Wiwik Sri Wahyuni dalam memberikan arahan, bimbingan serta masukan dalam kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan.

a. Kegiatan Sebelum Praktik Mengajar

Guru pembimbing memberikan arahan dalam menyusun persiapan praktik mengajar. Sebelum pelaksanaan praktik mengajar, praktikan berkonsultasi kepada guru pembimbing mengenai materi apa yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya sehingga praktikan bisa menyusun perangkat pembelajaran. Konsultasi ini juga memberikan kesempatan

kepada guru pembimbing untuk memberikan beberapa pesan dan masukan yang akan disampaikan sebagai bekal praktikan mengajar di lapangan maupun di kelas.

b. Kegiatan Praktik Mengajar

Saat praktikan sedang melaksanakan praktik mengajar, guru pembimbing mendampingi praktikan untuk melihat bagaimana cara mengajar sehingga nantinya dapat memberikan evaluasi untuk memperbaiki kekurangan selama melaksanakan praktik mengajar.

c. Kegiatan Sesudah Praktik Mengajar

Sesudah pelaksanaan praktik mengajar, guru pembimbing memberikan gambaran kemajuan mengajar praktikan, memberikan arahan, masukan dan saran, serta evaluasi bagi praktikan, agar nantinya praktikan dapat mengajar dengan lebih baik. Guru juga membimbing praktikan dalam penyusunan / pengolahan nilai siswa dari skor mentah hasil praktik siswa menjadi nilai baku di buku nilai.

2. Analisis Hasil Pembelajaran

Kegiatan PPL lebih memfokuskan pada kemampuan mahasiswa PPL dalam mengajar seperti penyusunan perangkat pembelajaran (RPP, media pembelajaran, metode, dan instrumen penilaian), pelaksanaan praktik mengajar di kelas, mengevaluasi pembelajaran, serta analisis hasil belajar peserta didik.

Hasil praktik mengajar yang telah dilaksanakan dengan penerapan berbagai metode adalah sebagai berikut.

a. Ceramah

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi yang memerlukan uraian atau penjelasan dan membuat konsep-konsep atau pengertian.

b. Komando

Metode ini digunakan untuk menyampaikan materi dengan cara memberikan arahan kepada peserta didik untuk melakukan tindakan.

c. Demonstrasi

Metode ini digunakan untuk memberi contoh pada peserta didik untuk melakukan gerakan yang diperintah oleh guru.

d. Permainan (TGfU)

Metode ini digunakan untuk membantu siswa mengaktualisasi materi yang sudah dipelajarinya dan mengaplikasikannya dalam sebuah permainan.

Berdasarkan metode pembelajaran yang telah diterapkan tersebut, maka masih banyak kendala dan hambatan dalam jalannya proses pembelajaran., diantaranya adalah :

a. Faktor Pendukung

Dalam melaksanakan kegiatan PPL, ada beberapa faktor pendukung yang sangat membantu praktikan dalam melaksanakan PPL, antara lain :

- 1) Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama 1 semester pada saat perkuliahan pengajaran mikro. Melakukan evaluasi secara keseluruhan baik cara mengajar, penampilan saat mengajar, perangkat pembelajaran, pemanfaatan sarana dan pra sarana yang ada sehingga praktikan siap saat menjalani PPL. Selama PPL, DPL memberikan masukan dan solusi setiap permasalahan yang terjadi pada saat PPL berlangsung.
- 2) Guru pembimbing yang sangat profesional dalam melaksanakan pembelajaran. Sehingga saat memberikan arahan dan masukan selalu efektif dan efisien. Guru pembimbing juga membantu membimbing dalam pengolahan nilai siswa.
- 3) Peserta didik yang cukup aktif dan antusias dalam kegiatan pembelajaran sehingga menciptakan kondisi yang kondusif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran.
- 4) Sarana dan pra sarana yang tersedia di sekolah juga lengkap serta dalam kondisi yang bagus sehingga sangat membantu dalam proses pembelajaran berlangsung.

b. Faktor Penghambat

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL, ada beberapa hambatan yang dihadapi praktikan, antara lain:

- a. Ada beberapa peserta didik yang kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran penjas.
- b. Peserta didik sering mengeluh panas saat pelaksanaan pembelajaran di lapangan, terutama kelas yang jadwal pembelajaran penjas saat setelah istirahat.
- c. Ada beberapa siswa yang masih kurang dalam hal gerak, sehingga pada saat praktik masih kaku.
- d. Peserta didik kelas VII mayoritas masih sulit diatur karena memang belum sepenuhnya penyesuaian dengan lingkungan sekolah.

- e. Pada saat pelaksanaan pembelajaran di kelas, siswa kelas VII kurang tertarik untuk mengikutinya dan lebih menginginkan pembelajaran di lapangan.

c. Solusi

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi berbagai hambatan yang ada adalah sebagai berikut.

- a. Dalam pelaksanaan praktik mengajar siswa harus sering diberi motivasi untuk bergerak.
- b. Dalam pelaksanaan praktik mengajar, praktikan harus bisa mengamati kondisi lingkungan, pada saat panas terik, pembelajaran dilaksanakan di tempat teduh dan siswa dihibau untuk membawa bekal minuman.
- c. Praktikan harus cakap dan bisa memberi contoh yang baik serta memberi petunjuk dan arahan yang jelas, sehingga siswa termotivasi untuk bisa melakukan gerakan yang ditugaskan.
- d. Intonasi suara harus keras, jelas dan tegas, sehingga bisa didengar oleh seluruh peserta didik.
- e. Saat melaksanakan praktik mengajar teori di kelas, praktikan menyiapkan video dan permainan yang sesuai dengan materi diajarkan sehingga pelaksanaan pembelajaran menjadi tidak membosankan.

3. Refleksi Pelaksanaan PPL

Berdasarkan hasil dari analisis pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) maka mahasiswa PPL banyak mendapatkan pengalaman berharga, baik dalam hal mengajar di kelas dan sosialisasi di luar kelas. Mahasiswa dapat menerapkan, mempersiapkan, dan mengembangkan kemampuannya. Praktik mengajar memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat mengaplikasikan atau menerapkan ilmu yang telah dipelajarinya di bangku perkuliahan.

Praktik mengajar memberikan gambaran langsung mengenai proses pembelajaran yang merupakan aplikasi dari teori yang didapatkan di perkuliahan. Selain itu, cara berinteraksi dengan peserta didik, cara penyampaian materi yang baik, dan pengelolaan kelas juga penting untuk peningkatan kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa pendidikan sebagai calon pendidik. Oleh karena itu, praktik pengalaman lapangan (PPL) ini hendaknya dapat dilaksanakan dengan maksimal.

Dalam pelaksanaan pembelajaran penjas di lapangan sangat berbeda pada saat di perkuliahan. Jumlah siswa yang banyak serta kondisi lingkungan yang tidak hanya ditempati oleh 1 sekolah menjadi tantangan tersendiri bagi guru penjas. Sarana dan pra sarana menjadi sangat penting dalam pelaksanaan pembelajaran penjas. Pengelolaan kelas dan volume suara serta kecakapan guru dalam melakukan / memberi contoh gerakan sangat berpengaruh untuk lancarnya pembelajaran berlangsung.

Secara umum, hasil yang diperoleh mahasiswa dalam praktik PPL di sekolah ini adalah mahasiswa dapat belajar dan mendapat pengalaman secara langsung mengenai pelaksanaan kegiatan belajar dan pengelolaan kelas.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sebagai kesimpulan, kegiatan PPL UNY dilaksanakan di SMP N 4 Ngaglik pada tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan tanggal 15 September 2016. PPL mata pelajaran Pendidikan Jasmani pada awalnya dilaksanakan di kelas VII B, VIII C dan VIII D mengalami perubahan menjadi kelas VII A, VIII A dan VIII C. Dari proses pembelajaran yang telah dilakukan selama kurang lebih dua bulan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Potensi siswa yang ada di SMP N 4 Ngaglik cukup baik, namun harus dengan pengelolaan kelas yang efektif. Hal ini dikarenakan banyaknya siswa yang kurang mengikuti kelas dengan maksimal, sehingga pembelajaran yang ada juga menjadi kurang efektif bagi siswa. Disamping itu, input yang didapat pun menjadi kurang maksimal.
2. Metode belajar dengan permainan sangat diminati oleh siswa, walaupun kelas menjadi terkesan kurang efektif, namun sebenarnya proses pembelajaran menggunakan permainan lebih membuat siswa tertarik untuk mengikuti pelajaran.
3. Waktu yang hanya sedikit memerlukan sebuah pengelolaan kelas dan materi ajar, sehingga kelas menjadi lebih baik dan siswa dapat memahami materi dengan mudah. Guru harus memiliki banyak model pembelajaran yang dapat disesuaikan dengan kondisi kelas.
4. Banyak siswa yang masih kurang percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga siswa banyak yang tidak mengeluarkan kemampuannya yang semaksimal mungkin. Oleh karena itu perlu banyak pengulangan dalam setiap gerak agar bisa membuat siswa menjadi percaya diri.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang ada pada proses pelaksanaan Praktik Pengalaman Langsung yang dilaksanakan di SMP N 4 Ngaglik, ada beberapa hal yang dapat ditingkatkan sebagai salah satu sarana agar proses pembelajaran siswa di sekolah menjadi lebih efektif:

1. Kondisi kedisiplinan siswa haruslah ditingkatkan. Mengingat banyaknya siswa yang ada di SMP N 4 Ngaglik, maka diperlukan adanya sebuah sistem yang dapat meningkatkan kedisiplinan siswa. Selain itu diperlukan

ketegasan untuk menghadapi siswa yang kurang disiplin di sekolah maupun di rumah.

2. Guru sebaiknya memiliki materi ajar yang bervariasi, agar materi yang disampaikan lebih tepat kepada siswa karena materi yang ada menyesuaikan dengan kondisi siswa di kelas dan kemampuan yang dimiliki siswa, sehingga waktu pembelajaran yang ada menjadi lebih efektif.
3. Guru sebaiknya memperbanyak kegiatan permainan di lapangan untuk pembelajaran Pendidikan Jasmani sehingga siswa lebih tertarik untuk bergerak.

DAFTAR PUSTAKA

- Tim Pembekalan KKN. 2013. *Materi pembekalan KKN Tahun 2013*. Yogyakarta : UNY
- Tim UPPL UNY. 2013. *Panduan PPL 2013 Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta : UNY.
- Tim UPPL UNY. 2013. *Pedoman Pengajaran Mikro*. Yogyakarta : UNY.
- Tim UPPL UNY. 2013. *101 Tips menjadi Guru Sukses*. Yogyakarta : UNY.

LAMPIRAN



**FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Npma.1

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Muh. Dien Iqbal PUKUL : 08.00-SELESAI
NO.MAHASISWA : 13601241096 TEMPAT : SMP N 4 NGAGLIK
TGL. OBSERVASI : 22 Juli 2016 FAK/JUR/PRODI : PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan	Sekolah menggunakan KTSP dalam pembelajaran
	2. Silabus	Guru memiliki silabus sebagai panduan pembuatan RPP
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	Ada, materi dan kegiatan pembelajaran sesuai dengan RPP.
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	- Guru membuka pelajaran dengan menyiapkan siswanya menjadi 2 baris, kemudian salam dan berdoa, pemanasan statis dan dinamis.
	2. Penyajian materi	- Materi disampaikan dengan baik - Guru memberikan contoh dengan demonstrasi gerak - Siswa berperan aktif dalam pembelajaran, sedangkan guru menjadi motivator dan fasilitator - Menyajikan materi secara runtut sesuai RPP yang telah dibuat - Materi yang disajikan ditanggapi oleh siswa dengan antusias
	3. Metode pembelajaran	Menggunakan metode pembelajaran

		penugasan dan resiprokal
	4. Penggunaan bahasa	- Bahasa yang digunakan oleh guru adalah bahasa Indonesia dan bahasa daerah yang komunikatif, baik yang bersifat formal maupun informal.
	5. Penggunaan waktu	- Menggunakan waktu secara efektif dan efisien selama 2 x 40 menit
	6. Gerak	- Selama pembelajaran siswa bergerak aktif dan guru menguasai seluruh tempat mengajar
	7. Cara memotivasi siswa	- Guru memotivasi siswa dengan cara memberikan umpan balik secara verbal dengan baik.
	8. Teknik bertanya	- Teknik bertanya yang digunakan oleh guru adalah dengan menggunakan siswa sebagai peraga.
	9. Teknik penguasaan kelas	- Guru mengatur siswa dengan aba-aba baris berbaris
	10. Penggunaan media	- Memanfaatkan sarana dan pra sarana yang dimiliki oleh sekolah
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Evaluasi dilakukan guru dalam bentuk tanya jawab dengan peserta didik. Menggunakan peserta didik dengan gerakan yang salah dan benar kemudian memberikan contoh gerakan yang benar
	12. Menutup pelajaran	Pelajaran ditutup dengan kesimpulan dan memberi tugas pada peserta didik untuk memperdalam materi di rumah.
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa di dalam kelas	Perilaku peserta didik di dalam kelas cukup baik. Akan tetapi ada beberapa peserta didik yang tidak memperhatikan apa yang

		disampaikan oleh guru sehingga tidak bisa melakukan gerakan yang diajarkan dengan baik.
	2. Perilaku siswa di luar kelas	Peserta didik memiliki karakter yang berbagai macam. Ada peserta didik menunjukkan sikap yang baik terhadap teman, berpenampilan rapi, menghormati guru, dan ramah terhadap orang lain. Namun masih ada beberapa peserta didik yang tidak disiplin, terutama dalam berpenampilan.

Sleman, 22 Juli 2016

Mengetahui,

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni.
NIP 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL



Muhammad Dien Iqbal
NIM 13601241096



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

Npma.2

Untuk
Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta


NAMA MAHASISWA : Muh. Dien Iqbal PUKUL : 08.00-SELESAI
NO.MAHASISWA : 13601241096 TEMPAT : SMP N 4 NGAGLIK
TGL. OBSERVASI : 27 Februari 2016 FAK/JUR/PRODI : PJKR

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi Fisik Sekolah	Kondisi fisik sekolah ini sudah baik dan memenuhi syarat untuk menunjang proses pembelajaran. Memiliki fasilitas-fasilitas yang cukup memadai guna menunjang proses pembelajaran.	
2	Potensi Siswa	Baik. Beberapa siswa memiliki prestasi olahraga sampai di tingkat kabupaten dan nasional.	
3	Potensi Guru	Baik	
4	Potensi Karyawan	Baik	
5	Fasilitas KBM, Media	Hampir keseluruhan kelas telah terpasang LCD sehingga memudahkan guru yang menggunakan <i>power point</i> ketika mengajar. Gudang Olahraga belum tertata dengan baik namun cukup lengkap.	
6	Perpustakaan	Koleksi buku cukup lengkap dan sudah tertata dengan baik.	
7	Laboratorium	Terdiri atas laboratorium IPA dan komputer yang kondisinya baik	
8	Bimbingan Konseling	Sudah ada	
9	Bimbingan Belajar	Sudah ada khusus untuk kelas IX	

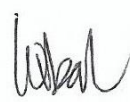
10	Ekstrakurikuler	Pramuka, Mading, Basket, Voli, Pencak Silat, dan Sepak Bola.	
11	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Sudah ada berupa OSIS, memiliki ruangan khusus namun masih jarang digunakan.	
12	Organisasi dan Fasilitas UKS	Sudah ada dengan fasilitas yang baik.	
13	Administrasi	Sudah baik dan tertata rapi.	
14	Karya Tulis ilmiah remaja	-	
15	Karya ilmiah oleh Guru	-	
16	Koperasi siswa	Ada, dikelola oleh guru dan karyawan	
17	Tempat ibadah	Sudah baik dan bersih	
18	Kesehatan lingkungan	Kebersihan dijaga dengan baik oleh seluruh warga sekolah dengan diadakannya kegiatan jum'at bersih.	

Sleman, 27 Februari 2016

Mengetahui,
Koordinator PPL SMPN 4 Ngaglik


Basori, S.Pd
NIP 19630426 198703 1 010

Mahasiswa PPL


Muhammad Dien Iqbal
NIM 13601241096



HASIL OBSERVASI KEADAAN
LEMBAGA

NP. ma3

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

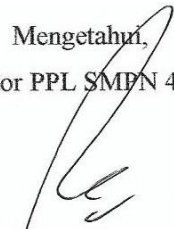
NAMA MAHASISWA : Muh. Dien Iqbal PUKUL : 08.00-selesai
NO. MAHASISWA : 13601241096 TEMPAT PRAKTIK : SMP N 4 Ngaglik
TGL. OBSERVASI : 27 Februari 2016 FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

No	Aspek Yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Observasi Fisik :		
	A. Keadaan Lokasi	Sekolah berada di pinggir jalan pedesaan, pinggir kampung, dan pinggir sawah sehingga tidak terlalu bising saat pembelajaran berlangsung.	
	B. Keadaan Gedung	Seluruh bangunan memiliki keadaan yang baik.	
	C. Keadaan Sarana Dan Prasarana	Cukup baik, namun papan ring basket dan gawang futsal perlu diperbaiki dan gudang peralatan olahraga perlu dirawat lagi.	
	D. Keadaan Personalia	Baik.	
	E. Keadaan Fisik Lain (Penunjang)	Baik.	
	F. Penataan Ruang Kerja	Baik.	
	G. Aspek Lain		
2.	Observasi Tata Kerja :		
	A. Struktur Organisasi Tata Kerja	Baik karena ranah kerjanya jelas.	
	B. Program Kerja Lembaga	Baik sesuai visi misi sekolah	

C. Pelaksanaan Kerja	Baik.	
D. Iklim Kerja Antar Personalia	Baik.	
E. Evaluasi Program Kerja	Baik.	
F. Hasil Yang Dicapai	-	
G. Program Pengembangan	-	
H. Aspek Lain		

Sleman, 27 Februari 2016

Mengetahui,
Koordinator PPL SMPN 4 Ngaglik



Basori, S.Pd

NIP 19630426 198703 1 010

Mahasiswa PPL



Muhammad Dien Iqbal

NIM 13601241096


No.	Program/ Kegiatan	Jumlah Jam Per Minggu									Jumlah Jam
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
11.	Kegiatan Sekolah										
	a. Penerimaan Peserta Didik Baru	10									10
	b. Upacara Bendera Hari Senin		1	1	1		1	1	1		6
	c. Upacara HUT RI 17 Agustus					1					1
	d. Jum'at Bersih			40 m	40 m	40 m	40 m	40 m			3 j 20 m
	e. Apel Pagi	1									1
	f. Piket 3S	2 j 30 m	2 j 30 m	2 j 30 m	2 j 30 m	2 j 30 m`	2 j 30 m	2 j 30 m	2 j 30 m	1 j 30 m	21 j 40 m
	g. Piket Harian Guru		2 j 20 m	2 j 20 m	2 j 20 m	2 j 20 m	2 j 20 m	5 j 15 m	5 j 15 m		22 j 10 m
	h. Kegiatan Keagamaan		1	1	1	1					4
	i. Jalan Sehat		1						1		2
	j. Senam Pagi			20 m	20 m	20 m	20 m	20			1 j 40 m
	k. Pengenalan Lingkungan Sekolah	11									11
	l. Literasi Buku						1	1	1		3
	m. Penerimaan Peserta Didik Baru	10									10
	n. Upacara Bendera Hari Senin		1	1	1		1	1	1		6


	o. Upacara HUT RI 17 Agustus					1					1
	p. Jum'at Bersih			40 m	40 m	40 m	40 m	40 m			3 j 20 m
	Kegiatan lain-lain										
12.	Penarikan PPL									1	1
13.	Penyusunan Laporan									5	5
	TOTAL										280 jam 50 menit

Sleman, 15 September 2016

Mengetahui:
Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Ngaglik

Dra. Agustin Margi Rahayu
 NIP 19630810 198703 2 013

Dosen Pembimbing Lapangan

Drs. Sridadi, M.Pd.
 NIP 19611230 198803 1 001

Mahasiswa PPL

Muhammad Dien Iqbal
 NIM 13601241096



**LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) UNY**

F02

Untuk Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMP Negeri 4 Ngaglik

ALAMAT SEKOLAH : Jl. Palagan Tentara Pelajar, Ngaglik, Sleman

GURU PEMBIMBING : Wiwik Sri Wahyuni

TAHUN PELAJARAN : 2016/2017

NAMA MAHASISWA : Muhammad Dien Iqbal

NO. MAHASISWA : 13601241096

FAK/JUR/PRODI : FIK/POR/PJKR

DOSEN PEMBIMBING : Drs. Sridadi, M.Pd.

Minggu Ke-1

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Sabtu, 25 Juni 2016	(09.00-13.00) Persiapan PPDB (Kegiatan Pra PPL)	Persiapan untuk kegiatan Penerimaan Peserta Didik Baru SMP N 4 Ngaglik. Mengkondisikan ruangan dan perlengkapan administratif yang akan digunakan berjalan dengan baik.	4 jam
2	Senin, 27 Juni 2016	(08.00-14.00) PPDB SMP N 4 Ngaglik (Kegiatan Pra PPL)	Hari pertama kegiatan Penerimaan Peserta Didik Baru SMP Negeri 4 Ngaglik berjalan dengan lancar. Telah terdaftar 110 orang calon peserta didik.	6 jam
3	Sabtu, 16 Juli 2016	(09.00-10.00) Pengkondisian posko PPL (Kegiatan Pra PPL)	Kegiatan membersihkan dan mengkondisikan posko PPL. Posko PPL UNY SMP N 4 Ngaglik berada di ruang osis. Kegiatan ini berjalan dengan lancar.	1 jam

		(10.00-11.00) Persiapan kegiatan PLS (Kegiatan Pra PPL)	Berkoordinasi dengan guru penanggung jawab kegiatan PLS yang akan dilakukan pada senin 18 juli 2016.	1 jam
4	Senin, 18 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera hari senin dilanjutkan dengan pembukaan kegiatan PLS dan kegiatan syawalan oleh guru-guru, staff/karyawan, mahasiswa PPL dan seluruh peserta didik.	1 jam
		(08.00-12.30) Pendampingan kegiatan PLS	Mendampingi guru dalam kegaitan pengenalan lingkungan sekolah kepada peserta didik baru. Pengenalan tentang tata tertib sekolah, silabus dan lingkungan sekolah.	4 jam 30 menit
5	Selasa, 19 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-08.00) Apel Pagi	Kegiatan apel pagi. Pengenalan guru-guru dan mahasiswa PPL SMP N 4 Ngaglik kepada peserta didik baru.	1 jam
		(08.00-12.30) Pendampingan PLS	Mendampingi guru dalam kegaitan pengenalan lingkungan sekolah kepada peserta didik baru. Pengenalan tentang tata tertib sekolah, silabus dan lingkungan sekolah.	4 jam 30 menit
3	Rabu, 20 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-09.00) Pendampingan PLS	Mendampingi kegiatan tentang penyuluhan tata tertib lalu lintas kepada peserta didik kelas IX dan di isi oleh narasumber dari polsek setempat.	

4	Kamis, 21 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(08.00-09.20) KBM Kelas VIII-C	Mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru mata pelajaran. Pengenalan tentang silabus dan sk kd kepada murid kelas VIII-A dan juga perkenalan diri sebagai mahasiswa PPL Penjasorkes.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-A	Mengikuti pembelajaran yang diikuti oleh guru mata pelajaran. Pengenalan tentang silabus dan sk kd kepada murid kelas VIII-A dan juga perkenalan diri sebagai mahasiswa PPL Penjasorkes.	2 jam
5	Jum'at, 22 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-08.00) Jalan sehat	Kegiatan jalan sehat oleh sekolah diikuti oleh seluruh guru, staff/karyawan, mahasiswa PPL dan peserta didik.	1 jam
		(08.00-09.35) KBM kelas IX-C	Observasi guru pendidikan jasmani, ibu wiwik sri wahyuni dalam mengajar.	2 jam

Minggu Ke-2

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 25 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan syawalan dengan saling bersalam-salaman oleh seluruh warga sekolah.	1 jam
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-B	Team Teaching. Mengajar bersama Septiana Dwi R. kelas IX-B menggantikan ibu wiwik dikarenakan ada tugas di luar sekolah selama 1 minggu. Materi pembelajaran adalah permainan, pengenalan permainan bola tangan yang sudah di modifikasi kepada siswa.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-A	Team Teaching. Mengajar bersama Septiana Dwi R. kelas IX-A menggantikan ibu wiwik dikarenakan ada tugas di luar sekolah selama 1 minggu. Materi pembelajaran adalah permainan, pengenalan permainan bola tangan yang sudah di modifikasi kepada siswa.	2 jam
		(10.55-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Yaitu berjaga di lobby sekolah jika ada tamu yang datang ataupun siswa yang mau ijin keluar sekolah untuk suatu keperluan. Kegiatan ini diikuti oleh 4 mahasiswa.	2 jam 20 menit
		(15.00-17.30) Mencari bahan ajar dan Membuat RPP	Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dan materi pelajaran untuk Kelas VII dan VIII. Topik pembelajaran yang akan dilaksanakan adalah sepak bola, mempelajari teknik mengoper dan mengontrol bola.	2 jam 30 menit

2	Selasa, 26 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Kegiatan keagamaan yaitu tadarus Al-Qur'an di kelas masing-masing secara bersama-sama. Mendampingi dan mengawasi siswa-siswi kelas VIII-A.	20 menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VIII-A	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VIII-A dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola. Siswa masuk semua	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-D	Mengajar mandiri kelas VIII-D dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola. 3 siswa tidak masuk dengan keterangan sakit.	2 jam
3	Rabu, 27 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Kegiatan keagamaan yaitu tadarus Al-Qur'an di kelas masing-masing secara bersama-sama. Mendampingi dan mengawasi siswa-siswi kelas VII-C.	20 Menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VII-C	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VIII-A dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola. Siswa hadir semua	2 jam
		(08.40-10.00) KBM Kelas VII-B	Mengajar mandiri kelas VII-B dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola. Siswa hadir semua, namun 1 siswa tidak mengikuti pelajaran karena tidak membawa baju olahraga	2 jam

4	Kamis, 28 Juli 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Kegiatan 3S (senyum, salam, sapa) di halaman masuk/lobby sekolah. Di lakukan oleh beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL. Kegiatan yaitu menyambut guru dan siswa yang datang ke sekolah.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Kegiatan keagamaan yaitu tadarus Al-Qur'an di kelas masing-masing secara bersama-sama. Mendampingi dan mengawasi siswa-siswi kelas VIII-C	20 menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VIII-C	Mengajar mandiri kelas VIII-C dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola 1 siswa tidak hadir dengan keterangan ijin	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VIII-B dengan topik sepak bola, materi pembelajaran yaitu mengoper dan mengontrol bola. Siswa hadir semua.	2 jam
5	Jum'at, 29 Juli 2016	(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-C	Team Teaching. Mengajar bersama Septiana Dwi R. kelas IX-C menggantikan ibu wiwik dikarenakan ada tugas di luar sekolah selama 1 minggu. Materi pembelajaran adalah permainan, pengenalan permainan bola tangan yang sudah di modifikasi kepada siswa Siswa hadir semua	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-D	Team Teaching. Mengajar bersama Septiana Dwi R. kelas IX-D menggantikan ibu wiwik dikarenakan ada tugas di luar sekolah selama 1 minggu. Materi pembelajaran adalah permainan, pengenalan permainan bola tangan yang sudah di modifikasi kepada siswa. Siswa hadir semua	2 jam

Minggu Ke-3

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 1 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar.	1 jam
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-B	Mendampingi guru mengajar. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Alpa. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah lari jarak menengah.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-A	Mendampingi guru mengajar, siswa hadir semua. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah lari jarak menengah	2 jam
		(10.55-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	2 jam 20 menit
		(13.15-14.15) Konsultasi	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran yang sudah dilakukan minggu lalu dan yang akan di laksanakan minggu ini.	1 jam
		(15.00-17.30) Membuat RPP dan Materi Pelajaran	Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran dan materi pelajaran. Untuk Kelas VII dan VIII. Topik pembelajaran masih sepak bola, dengan materi yang berbeda yaitu menggiring dan menembak bola.	2 jam 30 menit
2	Selasa, 2 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit

		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VIII-A.	20 menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VIII-A	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VIII-A dengan topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola. Siswa hadir semua	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-D	Mengajar terbimbing kelas VIII-D, topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Sakit.	2 jam
3	Rabu, 3 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.05-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-C.	20 Menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VII-C	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VII-C dengan topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola. Siswa hadir semua.	2 jam
		(08.40-10.00) KBM Kelas VII-B	Mengajar terbimbing kelas VII-B dengan topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Ijin.	2 jam
4	Kamis, 4 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.05-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VIII-C.	20 menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas VIII-C	Mengajar terbimbing kelas VIII-C dengan topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Sakit.	2 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar kelas VII-C dengan topik pelajaran sepak bola, materi pembelajaran yaitu menggiring dan menembak bola, siswa hadir semua	2 jam
5	Jum'at, 5 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-C	Mendampingi guru mengajar. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan ijin. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah lari jarak menengah.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-D	Mendampingi guru mengajar, siswa hadir semua. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah lari jarak menengah	2 jam

Minggu Ke-4

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 8 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar.	1 jam
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-B	Mendampingi guru mengajar. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Alpa. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah sepak bola.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-A	Mendampingi guru mengajar, siswa hadir semua. Mengikuti pembelajaran yang dilakukan oleh guru. Materi pembelajaran adalah sepak bola.	2 jam
		(10.55-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	2 jam 20 menit
		(13.15-13.45) Konsultasi Guru	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran sepak bola yang akan melakukan penilaian terhadap teknik yang sudah dipelajari.	30 menit
2	Selasa, 9 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-A.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-A	Team Teaching, penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan Alpa.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Team Teaching, penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. 1 siswa tidak hadir dengan keadaan sakit.	2 jam
		(15.00-17.00) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VII-A dan VIII B untuk materi pembelajaran sepak bola.	2 jam
3	Rabu, 10 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-B.	20 Menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-B	Team Teaching, penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. Siswa hadir semua..	3 jam
		(08.40-10.00) KBM Kelas VIII-A	Team Teaching. Penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. Beberapa siswa yang merupakan anggota OSIS tidak mengikuti penilaian karena mengikuti kunjungan museum seni lukis.	2 jam
		(14.30-16.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VII-B dan VIII-A untuk materi pembelajaran sepak bola.	2 jam
4	Kamis, 11 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-C.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-C	Team Teaching, penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. Satu siswa tidak mengikuti dengan keterangan ijin.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-C	Mengajar Mandiri. Penilaian sepak bola. Penilaian terhadap teknik menggiring, mengoper, menembak dan menghentikan bola. Siswa hadir semua.	2 jam
		(18.30-20.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VII-C dan VIII-C untuk materi pembelajaran sepak bola.	2 jam
5	Jum'at, 12 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-D	Mendampingi guru mengajar, membantu guru dalam penilaian materi sepak bola. Siswa hadir semua.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-C	Mendampingi guru mengajar, membantu guru dalam penilaian materi sepak bola. Siswa hadir semua.	2 jam

Minggu Ke-5

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 15 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Upacara bendera hari senin digantikan kegiatan keagamaan, karena upacara akan dialihkan untuk hari rabu dalam rangka memperingati hari kemerdekaan Indonesia tanggal 17 Agustus.	20 menit
		(07.20-08.40) KBM Kelas IX-B	Mendampingi guru mengajar, membantu penilaian untuk materi sepak bola. siswa hadir semua.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-A	Mendampingi guru mengajar, membantu penilaian untuk materi sepak bola. siswa hadir semua.	2 jam
		(10.55-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	2 jam 20 menit
		(13.15-13.45) Konsultasi Guru	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran yang akan di ajarkan minggu ini yaitu lari jarak menengah.	30 menit
		(15.00-17.00) Mencari bahan ajar dan Membuat RPP	Membuat rpp tentang materi atletik nomor lari untuk kelas VII dan VIII serta menyiapkan bahan ajar.	2 jam
2	Selasa, 16 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-A.	20 menit

		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-A	Mengajar terbimbing kelas VII-A, topik pembelajaran atletik dan materi pembelajaran lari jarak menengah sekaligus pengambilan nilai. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan sakit.	3 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Mendampingi septiana dwi r. mengajar kelas VIII-B, materi pembelajaran lari jarak menengah.	2 jam
		(15.00-17.00) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VII-A dan VIII B untuk materi lari jarak menengah.	2 jam
3	Rabu, 17 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-08.00) Upacara 17 Agustus	Upacara bendera memperingati hari kemerdekaan Indonesia tanggal 17 agustus 2016. Di ikuti oleh seluruh guru, staff/karyawan, peserta didik dan mahasiswa PPL.	1 Jam
4	Kamis, 18 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Keagamaan	Mendampingi, mengawasi dan mengikuti tadarus Al-Qur'an di kelas VII-C.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-C	Mendampingi septiana dwi r. mengajar kelas VIII-B, materi pembelajaran lari jarak menengah.	3 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-C	Mengajar terbimbing kelas VIII-C, topik pembelajaran atletik dan materi pembelajaran lari jarak menengah sekaligus pengambilan nilai. Siswa hadir semua.	2 jam
		(18.30-20.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-C untuk materi pembelajaran lari jarak menengah.	2 jam

5	Jum'at, 19 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit

Minggu Ke-6

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 22 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar.	1 jam
		(08.00-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	5 jam 15 menit
		(13.15-13.45) Konsultasi Guru	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran yang akan di ajarkan minggu ini yaitu lari jarak menengah.	30 menit
		(19.30-22.00) Mencari bahan ajar dan RPP	Mencari bahan ajar dan RPP untuk kelas VII-A. Topik pembelajaran adalah lompat jauh.	2 jam 30 menit
2	Selasa, 23 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-A	Mengajar mandiri, topik pembelajaran adalah atletik, lompat jauh. Pembelajaran dimulai dengan teori di ruangan selama 1 jam pembelajaran dan dilanjutkan 2 jam pembelajaran di lapangan. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah lompat jauh. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran.	2 jam
		(20.00-22.00) Rekapitulasi nilai	Memproses nilai akhir untuk topik pembelajaran lompat jauh kelas VII-A.	2 jam
3	Rabu, 24 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 Menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-B	Team teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah atletik, lari jarak menengah.	3 jam
		(08.40-10.00) KBM Kelas VIII-A	Mengajar mandiri. Materi pembelajaran atletik dengan topik lari jarak menengah.	2 jam
		(15.00-17.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-A untuk materi pembelajaran lari jarak menengah.	2 jam
4	Kamis, 25 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-C	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar, topik pembelajaran lompat jauh. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran dan pengambilan nilai untuk siswa yang belum praktek lari jarak menengah minggu sebelumnya.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-C	Mengajar Mandiri. Topik pembelajaran lompat jauh. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran.	2 jam
		(18.30-20.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VII-C dan VIII-C untuk materi pembelajaran sepak bola.	2 jam
5	Jum'at, 26 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit
		(08.00-09.20) KBM Kelas IX-D	Mendampingi guru mengajar, membantu guru dalam penilaian materi senam irama yaitu 'senam Indonesia sehat'. Siswa hadir semua.	2 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas IX-C	Mendampingi guru mengajar, membantu guru dalam penilaian materi senam irama yaitu 'senam Indonesia sehat'. 1 siswa tidak hadir dengan keterangan dispensasi.	2 jam

Minggu Ke-7

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 29 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar.	1 jam
		(08.00-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	5 jam 15 menit
		(13.15-13.45) Konsultasi Guru	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran yang akan di ajarkan minggu ini yaitu bulu tangkis.	
		(19.30-22.00) Mencari bahan ajar dan membuat RPP.	Membuat materi pelajaran dan RPP untuk kelas VII dan VIII dan VIII-C. Topik pembelajaran adalah bulu tangkis.	2 jam 30 menit
2	Selasa, 30 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-A dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-A	Mengajar mandiri, topik pembelajaran adalah permainan bola kecil, bulu tangkis. Pembelajaran dimulai dengan teori di ruangan selama 1 jam pembelajaran dan dilanjutkan 2 jam pembelajaran di lapangan. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran. 1 siswa tidak mengikuti pelajaran karena sakit.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah bulu tangkis. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran.	2 jam
		(20.00-22.00) Rekapitulasi nilai	Memproses nilai akhir untuk topik pembelajaran bulu tangkis kelas VII-A.	2 jam
3	Rabu, 31 Agustus 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-B dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 Menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-B	Team teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah atletik, lompat jauh.	3 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-A	Mengajar mandiri. Materi pembelajaran atletik dengan topik lompat jauh. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran. 1 siswa tidak mengikuti karena ijin.	2 jam
		(15.00-16.00) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-A untuk materi pembelajaran lompat jauh.	1 jam
4	Kamis, 1 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-C dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-C	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar, topik pembelajaran bulu tangkis. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran dan pengambilan nilai untuk siswa yang belum praktek lari jarak menengah minggu sebelumnya.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-C	Mengajar Mandiri. Topik pembelajaran adalah bulu tangkis. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran. 1 siswa tidak mengikuti karena sakit.	2 jam
		(19.30-20.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-C untuk materi pembelajaran bulu tangkis.	1 jam
5	Jum'at, 2 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Senam	Senam Indonesia sehat. Dilakukan oleh seluruh peserta didik, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL. Kegiatan senam dilakukan di lapangan sekolah.	20 menit
		(07.20-08.00) Jum'at Bersih	Kegiatan membersihkan lingkungan sekolah, diikuti oleh seluruh siswa, guru, karyawan/staff dan mahasiswa PPL.	40 menit

Minggu Ke-8

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 5 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 Menit
		(07.00-08.00) Upacara Bendera	Upacara bendera setiap hari senin, diikuti oleh seluruh guru, karyawan/staff, mahasiswa PPL dan peserta didik. Kegiatan upacara berjalan dengan lancar.	1 jam
		(08.00-13.15) Piket Harian Guru	Melaksanakan piket harian guru. Piket diikuti oleh 5 mahasiswa	5 jam 15 menit
		(13.15-13.45) Konsultasi Guru	Konsultasi dengan guru mata pelajaran tentang materi pelajaran yang akan di ajarkan minggu ini yaitu senam irama.	30 menit
		(19.30-22.00) Mencari bahan ajar dan membuat RPP	Membuat materi pelajaran dan RPP untuk kelas VII dan VIII. Topik pembelajaran adalah senam irama.	2 jam 30 menit
2	Selasa, 6 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-A dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-A	Team Teacing, topik pembelajaran adalah aktivitas ritmik, senam irama. Pembelajaran dimulai dengan teori di ruangan selama 1 jam pembelajaran dan dilanjutkan 2 jam pembelajaran di lapangan. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran. 2 siswa tidak mengikuti pelajaran karena sakit.	3 jam

		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-B	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah bulu tangkis. Penilaian dilakukan di akhir pembelajaran.	2 jam
		(15.00-17.00) Rekapitulasi nilai	Memproses nilai akhir untuk topik pembelajaran senam irama kelas VII-A.	2 jam
3	Rabu, 7 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-B dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 Menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-B	Team teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar. Topik pembelajaran adalah senam irama.	3 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-A	Mengajar mandiri. Materi pembelajaran adalah bulu tangkis. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran. Siswa hadir semua	2 jam
		(15.00-16.00) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-A untuk materi pembelajaran bulu tangkis.	1 jam
4	Kamis, 8 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-07.20) Kegiatan Literasi	Mendampingi, mengawasi kelas VII-C dalam kegiatan membaca dan membuat rangkuman dari bagian buku yang telah di baca.	20 menit
		(07.20-09.20) KBM Kelas VII-C	Team Teaching. Mendampingi Septiana Dwi R. mengajar, topik pembelajaran senam irama. 2 orang tidak hadir.	3 jam
		(09.35-10.55) KBM Kelas VIII-C	Team Teaching. Topik pembelajaran adalah Senam Irama. Pengambilan nilai di akhir pembelajaran. 1 siswa tidak mengikuti dengan keterangan ijin.	2 jam

		(19.30-20.30) Rekapitulasi Nilai	Memproses nilai akhir siswa kelas VIII-C untuk materi pembelajaran senam irama.	1 jam
5	Jum'at, 9 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-08.00) Jalan Sehat	Jalan sehat memperingati hari olahraga nasional (HAORNAS) yang diikuti oleh seluruh warga sekolah.	1 jam

Minggu Ke-9

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Deskripsi/Hasil Kegiatan	Waktu
1	Senin, 12 September 2016	LIBUR HARI RAYA IDUL ADHA		
2	Selasa, 13 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-10.00) Membuat Soal	Membuat soal ujian tengah semester untuk kelas VIII. Jumlah soal ada 50 butir.	3 jam
		(10.00-13.00) Membuat media	Mencari bahan media pembelajaran olahraga di internet berupa video yang nantinya akan di serahkan ke guru pembimbing untuk bahan mengajar teori di kelas.	3 jam
3	Rabu, 14 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(07.00-10.00) Rekap nilai dan presensi	Mengumpulkan semua nilai dan presensi dari kelas VII-A, VIII-A dan VIII-C untuk nantinya diserahkan kepada guru mata pelajaran pendidikan jasmani.	3 jam
		(10.00-15.00) Menyusun Laporan	Membuat laporan Praktek Pengalaman Lapangan.	5 jam

4	Kamis, 15 September 2016	(06.30-07.00) Piket 3S	Melaksanakan piket 3S bersama beberapa guru dan seluruh mahasiswa PPL.	30 menit
		(10.00-11.00) Penarikan PPL	Kegiatan penarikan PPL sekaligus mengakhiri dari kegiatan PPL di SMP Negeri 4 Ngaglik.	1 jam

Yogyakarta, 15 September 2016

Mengetahui/ Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan



Drs. Sridadi, M. Pd
NIP. 19611230 198803 1 001

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni
NIP. 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL



Muhammad Dien Iqbal
NIM. 13601241096



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN DANA PELAKSANAAN
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) UNY

F04

Kelompok Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMP Negeri 4 Ngaglik
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Tentara Pelajar Km. 3,5, Ngaglik, Sleman
GURU PEMBIMBING : Wiwik Sri Wahyuni
TAHUN PELAJARAN : 2016/ 2017

NAMA MAHASISWA : Muhammad Dien Iqbal
NO. MAHASISWA : 13601241096
FAK/ PRODI : FIK/PJKR
DOSEN PEMBIMBING : Drs. Sridadi, M. Pd.

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	Jumlah
1	Pembuatan RPP	2x6 RPP Kelas VII 2x6 RPP Kelas VIII	- -	Rp 40.000,00 Rp 40.000,00	-	-	Rp80.000,00
5.	Plangisasi	Pembuatan Petunjuk Arah	-	Rp50.000,00	-	-	Rp50.000,00
6.	Konsumsi	a. Pembelian 4 buah Galon Air Mineral b. Perpisahan PPL	- -	Rp72.000,00 Rp300.000,00	- -	- -	Rp372.000,00
7.	Lampu Sekre	1 bolam lampu 16 W	-	Rp15.000,00	-	-	Rp15.000,00
8.	Penghijauan	Penanaman 7 buah pohon perindang	-	Rp105.000,00	-	-	Rp105.000,00
9.	Lomba Kebersihan	a. Pembelian Piala b. Pembuatan 6 Buah Sertifikat c. 3 Buah Pigura	- - -	Rp50.000,00 Rp19.500,00 Rp90.000,00	- - -	- - -	Rp351.000,00

		d. Hadiah					
		❖ Pulpen 9 Pak	-	Rp90.000,00	-	-	
		❖ Minuman 3 Kardus	-	Rp75.000,00	-	-	
		❖ Beng-beng 2 Pak	-	Rp40.000,00	-	-	
		❖ Ship 2 Pak	-	Rp18.000,00	-	-	
		❖ Wafer 3 Pak	-	Rp28.500,00	-	-	
		❖ Wafer Nabati	-	Rp30.000,00	-	-	
10.	Sekolah Sehat	3 Buah Sabun Cuci Tangan Cair	-	Rp34.500,00	-	-	Rp34.500,00
11.	Pembuatan Laporan	a. Pembelian CD dan tempat	-	Rp4.000,00	-	-	Rp129.000,00
		b. Print Laporan	-	Rp95.000,00	-	-	
		c. Jilid Laporan	-	Rp40.000,00	-	-	
TOTAL							Rp1.136.500,00

Sleman, 15 September 2016

Mengetahui,



Kepala Sekolah SMPN 4 Ngaglik

Dra. Agustini Margi Rahayu

NIP 19630810 198703 2 013

Dosen Pembimbing Lapangan PPL

Drs. Sridadi M. Pd.

NIP 19611230 198803 1 001

Mahasiswa PPL

Muhammad Dien Iqbal

NIM 13601241096



KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/ LEMBAGA
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN

F04
UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMP NEGERI 4 NGAGLIK
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Jl. Palagan Tentara Pelajar, Ngaglik, Sleman, DIY Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga : (0271) 869151
 Nama DPL PPL/ Magang III : Drs. Sridadi, M.Pd.
 Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : P.J.K.R / FIK
 Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2 Mahasiswa

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1.	16 Agustus 2016	2	Kendala setelah beberapa pekan mengajar di sekolah	Lancar	<i>[Signature]</i>
2.	23 Agustus 2016	2	Konsultasi perbaikan RPP untuk praktek mengajar	Lancar	<i>[Signature]</i>
3.	30 Agustus 2016	2	Menyusun dan membuat matriks laporan	Lancar	<i>[Signature]</i>
4.	6 September 2016	2	Konsultasi dan penyusunan laporan PPL	Lancar	<i>[Signature]</i>

PERHATIAN :

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

Mengetahui
 Kepala Sekolah / Lembaga
[Signature]
 Dra. Agustina Margi Rahayu
 NIP. 1963101987032013

Sleman, 15 September 2016
 Mhs PPL/ Magang III Prodi PJKR
[Signature]
 Muhammad Dien Iqbal
 13601241096



**KALENDER PENDIDIKAN SMP NEGERI 4 NGAGLIK
 TAHUN PELAJARAN 2016/ 2017**

JULI 2016						
MINGGU		3	10	17	24	31
SENIN		4	11	18	25	
SELASA		5	12	19	26	
RABU		6	13	20	27	
KAMIS		7	14	21	28	
JUMAT	1	8	15	22	29	
SABTU	2	9	16	23	30	

AGUSTUS 2016						
MINGGU		7	14	21	28	
SENIN	1	8	15	22	29	
SELASA	2	9	16	23	30	
RABU	3	10	17	24	31	
KAMIS	4	11	18	25		
JUMAT	5	12	19	26		
SABTU	6	13	20	27		

SEPTEMBER 2016						
MINGGU		4	11	18	25	
SENIN		5	12	19	26	
SELASA		6	13	20	27	
RABU		7	14	21	28	
KAMIS	1	8	15	22	29	
JUMAT	2	9	16	23	30	
SABTU	3	10	17	24		

OKTOBER 2016						
MINGGU		2	9	16	23	30
SENIN		3	10	17	24	31
SELASA		4	11	18	25	
RABU		5	12	19	26	
KAMIS		6	13	20	27	
JUMAT		7	14	21	28	
SABTU	1	8	15	22	29	

NOVEMBER 2016						
MINGGU		6	13	20	27	
SENIN		7	14	21	28	
SELASA	1	8	15	22	29	
RABU	2	9	16	23	30	
KAMIS	3	10	17	24		
JUMAT	4	11	18	25		
SABTU	5	12	19	26		

DESEMBER 2016						
MINGGU		4	11	18	25	
SENIN		5	12	19	26	
SELASA		6	13	20	27	
RABU		7	14	21	28	
KAMIS	1	8	15	22	29	
JUMAT	2	9	16	23	30	
SABTU	3	10	17	24	31	

JANUARI 2017						
MINGGU		1	8	15	22	29
SENIN	2	9	16	23	30	
SELASA	3	10	17	24	31	
RABU	4	11	18	25		
KAMIS	5	12	19	26		
JUMAT	6	13	20	27		
SABTU	7	14	21	28		

FEBRUARI 2017						
MINGGU		5	12	19	26	
SENIN		6	13	20	27	
SELASA		7	14	21	28	
RABU	1	8	15	22		
KAMIS	2	9	16	23		
JUMAT	3	10	17	24		
SABTU	4	11	18	25		

MARET 2017						
MINGGU		5	12	19	26	
SENIN		6	13	20	27	
SELASA		7	14	21	28	
RABU	1	8	15	22	29	
KAMIS	2	9	16	23	30	
JUMAT	3	10	17	24	31	
SABTU	4	11	18	25		

APRIL 2017						
MINGGU		2	9	16	23	30
SENIN		3	10	17	24	
SELASA		4	11	18	25	
RABU		5	12	19	26	
KAMIS		6	13	20	27	
JUMAT		7	14	21	28	
SABTU	1	8	15	22	29	

MEI 2017						
MINGGU		7	14	21	28	
SENIN	1	8	15	22	29	
SELASA	2	9	16	23	30	
RABU	3	10	17	24	31	
KAMIS	4	11	18	25		
JUMAT	5	12	19	26		
SABTU	6	13	20	27		

JUNI 2017						
MINGGU		4	11	18	25	
SENIN		5	12	19	26	
SELASA		6	13	20	27	
RABU		7	14	21	28	
KAMIS	1	8	15	22	29	
JUMAT	2	9	16	23	30	
SABTU	3	10	17	24	31	

JULI 2017						
MINGGU		2	9	16	23	30
SENIN		3	10	17	24	31
SELASA		4	11	18	25	
RABU		5	12	19	26	
KAMIS		6	13	20	27	
JUMAT		7	14	21	28	
SABTU	1	8	15	22	29	

Keterangan :

- Libur Semester
- Awal masuk sekolah
- Libur Ramadhan
- Idul Fitri
- Libur Idul Fitri
- HUT Kemerdekaan RI
- UTS
- Libur Umum
- UAS/ UKK
- Classmetting/ Porsenitas
- Pembagian Raport
- Ujian Praktik
- Ujian Sekolah
- Hari Pendidikan Nasional
- Ujian Nasional(Utama)
- Ujian Nasional Susulan

Mengetahui,
 Kepala Sekolah

 Dra. Agustini Margi Rahayu
 NIP. 19680810 198703 2 013

Ngaglik, 18 Juli 2016

Waka. Kurikulum

 Sujadi, S.Pd
 NIP. 19570203 197803 1 002

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 SMP : SMP N 4 Ngaglik
 Kelas : VII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.	Sepak Bola	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring), dan • Mencari informasi tentang gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati pertandingan sepak bola secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan tentang gerak fundamental sepak bola, misalnya : bagaimana jalannya bola jika menendang pada bagian bawah/dasar bola?”, bagaimana jalannya bola jika menendang pada titik tengah bola?, bagaimana jalannya bola jika menendang pada bagian atas bola?, berpakah kekuatan yang diberikan kepada bola untuk sampai pada titik sasaran yang akan di tuju?. • Mempertanyakan tentang manfaat permainan sepak bola terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan sepak bola. 	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 konsep keterampilan gerak	18 JP	<ul style="list-style-type: none"> • Bola sepak • Lapangan sepakbola • Tiang gawang • Tiang pancang • Peluit • Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VII • TV • Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p> <p>3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.</p> <p>4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p>		<p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menendang bola dengan berbagai bagian kaki secara individual, berpasangan atau berkelompok dalam posisi di tempat dan bergerak dengan menunjukkan nilai disiplin, menghargai perbedaan, kerjasama • Menggiring bola menggunakan berbagai bagian kaki secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin • Menghentikan bola menggunakan berbagai bagian kaki secara individual dengan menunjukkan nilai disiplin • Menendang dan meberhentikan bola menggunakan berbagai bagian kaki s secara berpasangan atau berkelompok • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan sepak bola (mengumpan, mengontrol, menggiring, posisi, dan menembak bola ke gawang) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang keterampilan gerak permainan sepak bola secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) yang paling sesuai kebutuhan. • Mencari hubungan antara titik perkenaan bola dengan jalannya bola 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> Mencari hubungan antara jenis tendangan dengan sasaran yang hendak di capai Mencari hubungan antara permainan sepak bola dengan kesehatan dan kebugaran tubuh <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental permainan sepak bola (menendang, menghentikan, dan menggiring) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan 			

Mata Pelajaran : Penjasorkes
SMP : SMP N 4 Ngaglik
Kelas : VII
Kompetensi Inti :

- Menghargaidanmenghayatijajaran agama yang dianutnya.
- Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
- Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan	Permainan Badminton	<p>Mengamati:</p> <ul style="list-style-type: none"> Berdoa sebelum dan setelah pelajaran 	Unjuk kerja:		<ul style="list-style-type: none"> Sumber: Buku Penjasorkes SMP Kelas VII

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan:</p> <p>a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran.</p> <p>b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir.</p> <p>c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.</p> <p>2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.</p> <p>2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.</p> <p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p> <p>3.2 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil.</p> <p>4.2 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Membaca informasi tentang gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dan Mencari informasi tentang gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau Mengamati pertandingan badminton secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mempertanyakan tentang berbagai gerak fundamental permainan badminton, misalnya : bagaimana jalannya bola jika teknik pegangan raket dirobah (servis dan pukulan), bagaimana ketepatan lemparan bila merobah posisi togok?, bagaimana pergerakan shuttlecock bila sumber tenaga gerakan dirobah?, bagaimana pergerakan/jalannya shuttlecock bila merobah kekuatan yang disalurkan ke bola di robah? Mempertanyakan tentang manfaat permainan badminton terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam permainan badminton. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Memperagakan kerja kaki ke depan, ke samping kiri dan kanan Memegang-megang raket menggunakan pegangan forehand 	<p>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"> Raket Suttlecock Pluit TV Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan forehand di depan badan • Memukul <i>suttlecock</i> sekuatnya ke depan menggunakan pegangan forehand dan mengamati jalannya bola • Memukul <i>suttlecock</i> menggunakan menggunakan pegangan forehand secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin • Memegang-megang raket menggunakan pegangan backhand • Memantulkan-mantulkan bola menggunakan pegangan backhand di depan badan • Memukul <i>suttlecock</i> sekuatnya ke depan menggunakan pegangan backhand dan mengamati jalannya bola • Memukul <i>suttlecock</i> menggunakan menggunakan pegangan backhand secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin • Melakukan <i>service</i> panjang menggunakan pegangan forehand secara berpasangan • Melakukan <i>service</i> pendek menggunakan pegangan backhand secara berpasangan dengan menunjukkan kerjasama, toleransi, dan disiplin. • Mendiskusikan setiap gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, <i>service</i>, pergerakan kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, <i>service</i>, pergerakan kaki (<i>footwork</i>), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>melakukan gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Menemukan gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) yang paling sesuai untuk kebutuhan sendiri dengan menunjukkan disiplin dan percaya diri. <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan permainan badminton dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental permainan badminton (teknik pegangan raket, service, pergerakan kaki (footwork), pukulan (<i>stroke</i>), sikap berdiri (<i>stance</i>)) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak permainan badminton secara berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 			

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 SMP : SMP N 4 Ngaglik
 Kelas : VII
 Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan.	Lari cepat	Mengamati: <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang gerak fundamental lari cepat (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dan • Mencari informasi tentang gerak fundamental lari cepat (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau • Mengamati perlombaan lari cepat secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental lari cepat (posisi badan/togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya: <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak fundamental lari cepat, misalnya : apakah ayunan lengan mempengaruhi kecepatan dalam lari cepat? bagaimana akibatnya bila mendarat dengan ujung jari kaki?, apakah otot yang dominan 			•

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.</p> <p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat).</p> <p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya.</p>		<p>bekerja dalam lari cepat?, bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lari cepat terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam lari cepat. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berlari simpang siur secara bersama-sama dengan menunjukkan nilai kerjasama, disiplin dan toleransi • Berlari ke berbagai arah dengan berbagai jenis pendaratan secara individual, berpasangan, atau berkelompok dengan menunjukkan kerjasama dan disiplin • Berlari ke berbagai arah dengan berbagai jenis ayunan lengan • Memasuki garis finis dengan berbagai cara • Membandingkan hasil setiap latihan misalnya; berlari cepat dengan mendaratkan ujung kaki atau tumit, mana yang lebih baik, berlari dengan mengayunkan lengan dan tidak mengayunkan lengan. • Mendiskusikan setiap gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dengan benar dan membuat kesimpulannya. 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) dan menemukan pola yang tepat. <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan perlombaan lari cepat dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental lari cepat (posisi togok, ayunan lengan, ayunan langkah kaki, mendarat, dan memasuki garis finis) serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama ‘ 			
	Lompat jauh	<p>Mengamati:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan • Mencari informasi tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Mengamati perlombaan lompat jauh secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan membuat catatan hasil pengamatan. <p>Menanya:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak fundamental lompat jauh, misalnya : apakah awalan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah posisi tubuh saat di udara mempengaruhi jauhnya lompatan? bagaimana akibatnya bila mendarat lutut tidak mengeper?, bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat? • Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lompat jauh terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam lari cepat. <p>Eksplorasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melompat ke berbagai arah tanpa awalan dengan menunjukkan nilai disiplin • Melompat ke depan dengan berbagai jenis tumpuan dengan menunjukkan nilai disiplin • Melompat ke depan dengan berbagai jenis awalan dengan menunjukkan nilai disiplin • Mendarat dengan berbagai jenis pendaratan • Melayang di udara dengan berbagai posisi badan • Mendiskusikan setiap gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. • Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan 			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <ul style="list-style-type: none"> Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya. <p>Mengasosiasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan lompat jauh. <p>Mengkomunikasikan :</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menerapkan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan permainan Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebihan Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan <p>Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama</p>			

Mata Pelajaran : Penjasorkes
 SMP : SMP N 4 Ngaglik
 Kelas : VII

Kompetensi Inti

1. Menghargaidanmenghayatiajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotongroyong), santun, percayadiri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, danmembuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga, dicerminkan dengan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. b. Selalu berusaha secara maksimal dan tawakal dengan hasil akhir. c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan. 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.4 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik. 2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan. 2.8 Memiliki perilaku hidup sehat.	Rangkaian gerak berirama sesuai dengan ketukan	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai (sikap lilin, handstand, roll, dan head stand) dan • Mencari informasi lain tentang pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai (sikap lilin, handstand, roll, dan head stand), atau • Mengamati perlombaan senam secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai (sikap lilin, handstand, roll, dan head stand) dan membuat catatan hasil pengamatan. Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan hal-hal yang mempengaruhi keterampilan sikap lilin, handstand, roll, dan head stand 	Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor Observasi: 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 konsep keterampilan gerak	12 JP	<ul style="list-style-type: none"> • iBuku referensi • Gambar pearaga gerakan langkah kaki dan ayuna lengan • Peluit • TV • Video

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>3.6 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik.</p> <p>4.6 mempraktikkan aktivitas pola gerak melangkah dan irama gerak dalam aktivitas gerak.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan manfaat aktivitas senam terhadap kebugaran dan kesehatan tubuh • Mempertanyakan otot-otot yang dominan bekerja dalam melakukan sikap lilin, handstand, roll, dan head stand • Mempertanyakan jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan sikap lilin, handstand, roll, dan head stand <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerak langkah berirama dalam berbagai variasi secara individual, berpasangan dan berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, toleransi, dan disiplin. • Melakukan gerak mengayukan lengan berirama dalam berbagai variasi secara individual, berpasangan dan berkelompok dengan menunjukkan nilai kerjasama, toleransi, dan disiplin. • Mengkombinasikan gerak melangkah dan mengayukan lengan ke berbagai arah dengan berbagai variasi dengan menunjukkan nilai kerjasama, toleransi, dan disiplin. • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan berkaitan dengan aktifitas berirama yang telah dipelajari <p>Asosiasi</p>			

KOMPETENSI DASAR	MATERI POKOK	PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<ul style="list-style-type: none"> • Menemukan hubungan pola gerak langkah dan ayunan lengan dengan faktor estetika gerak • Menemukan kesalahan-kesalahan yang dilakukan dalam melakukan gerak ritmik • Menemukan cara memperbaiki kesalahan dalam melakukan pola gerak melangkah dan mengayunkan lengan berirama. <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian gerak melangkah kaki dan mengayunkan lengan ke berbagai arah sesuai dengan irama/ketukan yang dipilih secara koordinatif dan menjaga pelurusan persendian (<i>body alignment</i>). • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permainan • Memaparkan hasil diskusi berkaitan dengan tentang keterampilan gerak jalan cepat dengan menunjukkan kerjasama 			

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
1.2 mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan**)	Bulu tangkis	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk servis dan pukulan dengan koordinasi yang baik secara berpasangan atau kelompok Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama dan menghargai lawan 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan servis, pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk teknik dasar memegang raket forehand dan backhand untuk servis dan pukulan dengan koordinasi yang baik <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukan teknik memegang raket forehand dan backhand untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik !</p> <p>Akhir gerakan pukulan backhand, adalah</p> <p>Kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan</p> <p>Lakukan teknik dasar memegang bat forehand dan backhand untuk melakukan servis dan pukulan forehand serta backhand dengan koordinasi yang baik !</p>	2x2x40 menit	Buku teks, buku referensi, bulu-tangkis, net, raket, sutlecock, lapangan bulutangkis.
1.3 mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga atletik lanjutan dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai la –	Lari jarak menengah	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik start berdiri, lari dan finish dengan koordinasi yang baik Melakukan lomba lari jarak menengah dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tehnik dasar strat, lari dan finish dengan koordinasi yang baik Melakukan lomba lari dengan peraturan yang dimodifikasi 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p>	<p>Lakukan teknik start berdiri, lari dan finish dengan koordinasi yang baik !</p>	2x2x40 menit	Buku teks, buku referensi, lapangan, bendera, stop watch

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
		keberanian dan percaya diri	<p>dan mendarat) dengan koordinasi yang baik</p> <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	Tes observasi	Lembar observasi	Toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan		

SILABUS PEMBELAJARAN

Sekolah : S M P N 4 Ngaglik
 Kelas : VIII (Delapan)
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
 Semester : 1 (Satu)
 Standar Kompetensi: 4.Mempraktikan senam irama dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

Kompetensi	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi*	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
------------	---------------------	-----------------------	----------------------------------	-----------	---------------	----------------

Dasar				Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
4.1 Mempraktikkan teknik dasar senam irama menggunakan tongkat atau simpai dengan gerakan mengayun dan memutar ke berbagai arah serta nilai disiplin, toleransi dan estetika	Senam irama dengan alat (tongkat)	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar memegang tongkat (regular grips, revers grips, mixed grips) secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan estetika Melakukan teknik dasar mengayun tongkat depan samping dan belakang badan secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan estetika 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tehnik dasar memegang tokat (regular grips, revers grips, mixed grips) Melakukan tehnik dasar mengayun tongkat depan, samping dan dibelakang badan <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk latihan teknik dasar memegang tokat (regular grips, revers grips, mixed grips) Melakukan tehnik dasar mengayun tongkat depan, samping dan dibelakang badan <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> Disiplin, toleransi dan estetika 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<p>Lakukan teknik dasar memegang tongkat (regular grips, revers grips, mixed grips, dan mengayun tongkat depan, samping dan dibelakang badan !</p> <p>Posisi telapak tangan yang benar saat memegang tongkat regular grips, adalah</p> <p>Disiplin, toleransi dan estetika</p>	2x2x40 menit	Buku teks, buku refe-rensi, lapangan, tongkat,tape
4.2 Mempraktikkan kombinasigerakan mengayun/memutar ke berbagai arah dengan gerak melangkah serta nilai disiplin,toleransi, keluwesan gerak, dan estetika	Senam irama dengan alat (tongkat)	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan teknik dasar mengayun dengan tongkat depan samping dan belakang badan diikuti dengan gerak melangkah secara berpasangan atau kelompok untuk menanamkan nilai disiplin dan keluesan 	<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan tehnik dasar mengayun dengan tongkat kedepan,samping dan belakang badan diikuti dengan gerak melangkah <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk latihan teknik dasar mengayun dengan tongkat kedepan,samping dan 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p>	<p>Lakukan teknik dasar mengayun tongkat ke depan , samping, dan belakang badan diikuti dengan gerak melangkah !</p> <p>Bentuk gerakan lutut yang benar saat mengayun tongkat, adalah</p>		

			belakang badan diikuti dengan gerak melangkah Aspek Afektif • Disiplin, toleransi dan estetika	Tes observasi	Lembar observasi	Disiplin, toleransi dan estetika		
❖ Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin (<i>Discipline</i>) Tekun (<i>diligence</i>) Tanggung jawab (<i>responsibility</i>) Ketelitian (<i>carefulness</i>) Kerja sama (<i>Cooperation</i>) Toleransi (<i>Tolerance</i>) Percaya diri (<i>Confidence</i>) Keberanian (<i>Bravery</i>)								

4	Guru Piket	1	Purwanti,S.Pd	1	Thoni Nur Rifai,S.Pd.I	1	Anna Lisana Yd,S.Pd.I	1	B.Lestari Retnani ,S.Pd	1	Nanik Martiyah,S.P	1	Leginah,S.Pd
		2	Sumarsono,A.Md	2	Dra.M.Dwiyanti R	2	Erni Setia,S.Pd	2	Basori,S.Pd	2	Sri Budiarti,S.Pd.S	2	Sri Widayati,S.Pd
		3	Setyaning Wahyuni,S.T	3	Sujadi,S.Pd	3	V.Sri Yuti Kadarinah,S.Pd	3	Dini Ambarini,S.Pd	3	Jadi Riyanta,S.Pd	3	Retno Widarini,S.Pd
		4	Kartika Ary D, S.Psi	4	Dra.Asiani Shobariyah	4	Dra.Dwi Rahayu AP	4	Wiwik Sri Wahyuni	4		4	Sunarni,S.Pd

NO	NAMA GURU	MATA PELAJARAN	KODE
1	Dra.AGUSTIN MARGI RAHAYU	BP/BK	M1
2	ANNA LISANA YUDIANTI,S.Pd.I	Pend.Agama Islam 7,8 ACD	A
3	THONI NUR RIFAI,S.Pd.I	Pend.Agama Islam 8B, 9	A
4	Th. YANI WIDARSIH,S.Ag	Pend.Agama Katholik	A
5	MARKUS PRIYO SURYONO,S.Pak	Pend.Agama Kristen	A
6	NANIK MARTIYAH,S.Pd	P Kn	B
7	B. LESTARI RETNANI,S.Pd	Bhs. Indonesia 7, 8 A	C1
8	PURWANTI,S.Pd	Bhs. Indonesia 8 B C D, 9	C2
9	LEGINAH,S.Pd	Bhs. Inggris 8 C,D, 9	D1
10	Dra.M.DWIYANTI RUMWARDANI	Bhs. Inggris 7, 8 A B	D2
11	SUJADI,S.Pd	Matematika 8 B C D	E1
12	ERNI SETIA,S.Pd	Matematika 7 A B C D	E2
13	SRI WIDAYATI,S.Pd	Matematika 9, 8A	E3

NO	NAMA GURU	MATAPELAJARAN	KODE
14	V.SRI YUTI KADARINAH,S.Pd	I P A 7, 8 B	F1
15	BASORI,S.Pd	I P A 8 A C D	F2
16	SRI BUDIYARTI,S.Pd.Si	I P A 9 A B C D	F3
17	SUMARSONO,A.Md	I P S 8 A B , 9	G1
18	RETNO WIDARINI,S.Pd	I P S 7, 8 C D	G2
19	JADI RIYANTA,S.Pd	Seni Budaya 7, 8, 9	H
20	WIWIK SRI WAHYUNI	Penjasorkes 7, 8, 9	I
21	SETYANING WAHYUNI,S.T	TIK 8, 9,	J
22	DINI AMBARINI,S.Pd	Bhs. Jawa 7, 8, 9	K
23	SUNARNI,S.Pd	P K K 8, 9 / Prakarya 7	L
24	Dra.ASIANI SHOBIYAH	BP/BK	M2
25	Dra.DWI RAHAYU AMINAH P	BP/BK	M3
26	KARTIKA ARY DAMAYANTI,S.Psi	BP/BK	M4

PENGATURAN JAM KBM

Senin s/d Rabu		Kamis s/d Sabtu	
0	07.00 - 07.20	0	07.00 - 07.20
1	07.20 - 08.00	1	07.20 - 08.00
2	08.00 - 08.40	2	08.00 - 08.40
3	08.40 - 09.20	3	08.40 - 09.20
	ISTIRAHAT		ISTIRAHAT
4	09.35 - 10.15	4	09.35 - 10.15
5	10.15 - 10.55	5	10.15 - 10.55
6	10.55 - 11.35		ISTIRAHAT
	ISTIRAHAT	6	11.10 - 11.50
7	11.50 - 12.30	7	11.50 - 12.30
8	12.30 - 13.10		

- Ket : 1 Gerakan Literasi Sekolah dilaksanakan sebelum KBM selama 20 menit, dan kegiatan keagamaan dilaksanakan setelah KBM selama 20 menit (kecuali hari Senin dan Jumat)
- 2 Hari Senin, Upacara Bendera dimulai pukul 07.00
- 3 Hari Jum'at, SKJ dan Jumat bersih dimulai pukul 07.00

Mengetahui
Pengawas

Dra.Endang Sulistyningrum,M.Pd
NIP.19581228 198803 2 004

Ngaglik, 18 Juli 2016

Kepala Sekolah

Dra.Agustin Margi Rahayu
NIP. 19630810 198703 2 013

JADWAL MENGAJAR
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA dan KESEHATAN
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2016/2017
SMP NEGERI 4 NGAGLIK

KELAS VII B, VIII C, dan VIII D

Sebelum Perubahan Jadwal

HARI	WAKTU	JAM KE-	KELAS
SELASA	09.35-10.55	4-5	VIII-D
RABU	08.40-09.20	3	VII-B
	09.20-09.35	ISTIRAHAT	
	09.35-10.15	4	VII-B
KAMIS	07.20-08.40	1-2	VIII-C

Sesudah Perubahan Jadwal

KELAS VII A, VIII A, dan VIII C

HARI	WAKTU	JAM KE-	KELAS
SELASA	07.20-09.20	1-3	VII-A
RABU	09.35-10.55	4-5	VIII-A
KAMIS	09.35-10.55	4-5	VIII-C

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit (1x Pertemuan)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar beregu serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam dan teknik menghentikan bola.
- b. Siswa dapat melakukan dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
2. Menjelaskan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
4. Melakukan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
5. Menggunakan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi

E. Materi Ajar

Umpan Datar dengan Kaki bagian dalam dan menghentikan bola pada Permainan Sepak Bola

- Siswa dapat melakukan teknik dasar umpan datar dan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.
- Siswa dapat melakukan dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Komando

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (12 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 3 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Siswa melakukan pemanasan dengan permainan yang menarik dan menyenangkan.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menjelaskan cara mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki menggunakan teknik yang benar.
- 3) Guru menunjukkan tata cara gerakan contoh mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki
- 4) Siswa mengamati dengan seksama gerakan yang ditunjukkan oleh guru di mulai dari awalan, perkenaan dan gerakan lanjutan.

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Peserta didik saling tanya jawab tentang tata cara yang tepat dalam penggunaan kaki bagian dalam selama mengumpan dan menghentikan .

b. Elaborasi

- **Mencoba**

- Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar mengumpan dan menghentikan bola pada permainan sepak bola
 - 1) Guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan.
 - 2) Guru memberikan tugas dan menjelaskan indikator keberhasilannya.
 - 3) Siswa diminta untuk melakukan mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam secara berpasangan dengan siswa lain.
 - 4) Bola yang ditendang lurus mengarah ke pasangan yang ada di seberangnya.
 - 5) Siswa melaksanakan tugas gerak, dan masing-masing siswa saling mengamati apakah tugas gerak telah dilakukan dengan baik.

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang dapat digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari kedalam sebuah permainan.

- 2) Guru memfasilitasi siswa dengan memberikan sebuah game sepak bola modifikasi yang dapat memicu siswa untuk menerapkan gerakan-gerakan yang telah dipelajari.

3. Penutupan (10 menit)

- Pendinginan
- Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- Memberikan informasi tentang materi kegiatan yang akan dilakukan di pertemuan berikutnya.
- Menutup pembelajaran dengan berdoa.

H. Sumber Belajar

- Lapangan Futsal/Basket
- Bola 5 buah
- Cone 10 buah
- Peluit dan Jam Tangan
- Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> Melakukan mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam Permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui teknik dasar mengumpan dan menghentikan bola pada permainan sepak bola 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p>	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki! Jelaskan cara melakukan mengumpan dan menghentikan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki dengan baik dan benar?

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Afektif • Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian	Tes observasi	Lembar observasi	• Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Melakukan menggiring bola secara menyilang dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam kaki

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan sepak bola dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan sepak bola

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

$$\text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{nilai observasi} + \text{nilai kuis} = 3$$

RUBRIK PENILAIAN

MENGUMPAN DAN MENGHENTIKAN BOLA DENGAN MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM KAKI

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi awal siswa saat akan melakukan gerakan				
2. Gerakan siswa saat mengumpan dan menghentikan bola.				
3. Gerakan bola yang ditendang				
4. Arah bola yang ditendang.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

Keterangan:

1 = kurang 2 = cukup 3 = baik 4 = sangat baik

RUBRIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP MENGUMPAN DAN MENGHENTIKAN BOLA

Menggunakan observasi terhadap diskusi, tanya jawab dan percakapan

Nama Peserta Didik yang dinilai :

Kelas :

Tanggal Pengamatan :

Materi Pokok :

Nama Peserta Didik	Pernyataan			
	Pengungkapan gagasan orisinil	Kebenaran konsep	Ketepatan menggunakan istilah	Dan lain sebagainya

Keterangan : diisi dengan ceklis (V)

Teknik ini merupakan cerminan dari penilaian authentic. Guru akan dapat mengenal kemampuan peserta didik dalam kompetensi pengetahuan (fakta, konsep, prosedur) seperti mengenai pengungkapan gagasan yang orisinil, kebenaran konsep dan ketepatan penggunaan istilah pada waktu mengungkapkan pendapat, bertanya atau pun menjawab pertanyaan.

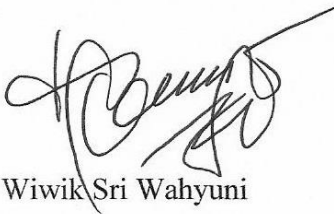
Lampiran pertanyaan

1. Bagaimana sikap tubuh pada saat terkena bola saat mengumpan bola?
2. Bagaimana sikap tubuh pada saat terkena bola saat mengetik bola?
3. Mengapa bola yang ditendang melambung walau bola ditendang dengan kaki bagian dalam?

Mengetahui,

Yogyakarta, 25 Juli 2016

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL PJOK



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit (1x Pertemuan)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar beregu serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menendang.
- b. Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menendang pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)
 -

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak menendang dan menggiring bola permainan sepak bola.

2. Menjelaskan keterampilan gerak menendang dan menggiring bola permainan sepak bola.
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak menendang dan menggiring bola permainan sepak bola.
4. Melakukan keterampilan gerak menendang dan menggiring bola permainan sepak bola.
5. Menggunakan keterampilan gerak menendang dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi

E. Materi Ajar

Menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada permainan Sepak Bola

- Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menendang .
- Siswa dapat melakukan dasar menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Resiprokal

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 3 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadiran nya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Pemanasan statis dan dinamis.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menjelaskan cara menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki menggunakan teknik yang benar.
- 3) Guru menunjukkan tata cara gerakan contoh menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki
- 4) Siswa mengamati dengan seksama gerakan yang ditunjukkan oleh guru di mulai dari awalan, perkenaan dan gerakan lanjutan.

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Peserta didik saling tanya jawab tentang perbedaan dalam penggunaan kaki bagian dalam, punggung, dan luar dalam menggiring dan menendang .

b. Elaborasi

- **Mencoba**

➤ Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar menggiring bola dan menendang pada permainan sepakbola

- 1) Guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan.
- 2) Guru memberikan tugas dan menjelaskan indikator keberhasilannya.
- 3) Siswa diminta untuk melakukan menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki berpasangan dengan siswa lain.
- 4) Bola yang ditendang lurus mengarah ke pasangan yang ada di seberangnya.
- 5) Siswa melaksanakan tugas gerak, dan masing-masing siswa saling mengamati apakah tugas gerak telah dilakukan dengan baik.

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang dapat digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari kedalam sebuah permainan.
- 2) Guru memfasilitasi siswa dengan memberikan sebuah game sepak bola modifikasi yang dapat memicu siswa untuk menerapkan gerakan-gerakan yang telah dipelajari.

3. Penutupan (10 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.
- e. Memberikan informasi tentang materi kegiatan yang akan dilakukan di pertemuan berikutnya.
- f. Menutup pembelajaran dengan berdoa.

H. Sumber Belajar

1. Lapangan Futsal/Basket
2. Bola 5 buah
3. Cone 10 buah
4. Peluit dan Jam Tangan
5. Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none">• Melakukan menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki• Permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	<ul style="list-style-type: none">• Lakukan menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki!
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none">• Mengetahui teknik dasar menggiring bola dan menendang pada permainan sepak bola	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	<ul style="list-style-type: none">• Jelaskan cara melakukan menggiring bola dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki dengan baik dan benar?
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none">• Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah,	Tes observasi	Lembar observasi	

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
menghargai teman dan keberanian			<ul style="list-style-type: none"> Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Melakukan menggiring bola secara menyilang dan menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan sepak bola dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan sepak bola

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Jumlah skor yang diperoleh} \\ \text{Nilai} = \frac{\text{-----}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

$$\frac{\text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{nilai observasi} + \text{nilai kuis}}{3}$$

RUBRIK PENILAIAN
MENGGIRING BOLA DAN MENENDANG DENGAN MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi awal siswa saat akan melakukan gerakan				
2. Gerakan siswa saat menendang dan menggiring bola.				
3. Gerakan bola yang ditendang dan digiring.				
4. Arah bola yang ditendang.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

Keterangan:

1 = kurang 2 = cukup 3 = baik 4 = sangat baik

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP MENGGIRING DAN MENENDANG BOLA

Menggunakan observasi terhadap diskusi, tanya jawab dan percakapan

Nama Peserta Didik yang dinilai :

Kelas :

Tanggal Pengamatan :

Materi Pokok :

Nama Peserta Didik	Pernyataan			
	Pengungkapan gagasan orisinil	Kebenaran konsep	Ketepatan menggunakan istilah	Dan lain sebagainya

Keterangan : diisi dengan ceklis (V)

Teknik ini merupakan cerminan dari penilaian authentic. Guru akan dapat mengenal kemampuan peserta didik dalam kompetensi pengetahuan (fakta, konsep, prosedur) seperti mengenai pengungkapan gagasan yang orisinil, kebenaran konsep dan ketepatan penggunaan istilah pada waktu mengungkapkan pendapat, bertanya atau pun menjawab pertanyaan.


Lampiran pertanyaan

1. Bagaimana sikap tubuh pada saat perkenaan bola saat menggiring bola?
2. Pada saat kapankah teknik menggiring tepat untuk digunakan?
3. Bagaimana sikap tubuh saat akan perkenaan untuk menendang bola?

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Yogyakarta, 1 Agustus 2016

Mahasiswa PPL PJOK

Mahasiswa PPL PJOK



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Identitas Sekolah : SMP Negeri 4 Ngaglik
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Pembelajaran Atletik (Lari Jarak Menengah)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit/1 Pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi :

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianutnya	1.1.1. Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
2.1 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	2.1.1 Merapihkan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
2.2 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
2.3 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.3.1 Dalam melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berkelompok,

<p>2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan</p>	<p>beregu dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik maupun psikis</p> <p>2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan</p> <p>2.5.1 Melakukan permainan dengan mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan</p> <p>2.6.1 Dalam melakukan permainan menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain</p>
<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat).</p>	<p>3.3.1 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan awalan/<i>start</i> dalam lari jarak menengah.</p> <p>3.3.2 Menjelaskan gerakan saat melakukan lari jarak menengah</p>
<p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya</p>	<p>4.3.1. Mempraktikkan teknik gerakan Melakukan awalan lari jarak jauh dengan start berdiri.</p> <p>4.3.2. Mempraktikkan teknik gerakan Melakukan gerakan dalam lari jarak menengah dengan efektif dan efisien.</p> <p>4.3.4. Melakukan perlombaan lari jarak menengah.</p>

C. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan dapat:

1. Memahami cara melakukan teknik gerakan awalan/*start* dalam lari jarak menengah dengan benar.
2. Memahami cara melakukan teknik gerakan selama melakukan lari jarak menengah.
3. Melakukan teknik gerakan awalan/*start* dalam lari jarak menengah dengan baik.
4. Melakukan teknik gerakan selama melakukan lari jarak menengah
5. Melakukan perlombaan lari jarak menengah yang dimodifikasi dengan awalan start berdiri secara bersamaan.

D. Materi Pembelajaran

Lari Jarak Menengah

Lari jarak menengah menempuh jarak 800 m dan 1500 m. start yang digunakan untuk lari jarak menengah nomor 800 m adalah start jongkok, sedangkan untuk jarak 1500 m menggunakan start berdiri. Pada lari 800 m masing –masing pelari berlari di lintasnya sendiri, setelah melewati satu tikungan pertama barulah pelari–pelari itu boleh masuk ke dalam lintasan pertama Hal yang perlu diperhatikan pada lari jarak menengah adalah penyesuaian antara kecepatan dan kekuatan / stamina dari masing -masing pelari.

E. Metode Pembelajaran :

1. Pendekatan: *Scientific*
2. Model pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
3. Metode: penugasan dan resiprokal/timbal-balik

F. Media Pembelajaran :

- 1) Stopwatch
- 2) Lapangan lari jarak menengah
- 3) Peluit
- 4) Buku referensi

G. Sumber Belajar :

1. Media cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Buku petunjuk atletik
 - c. Media elektronik (Lcd dan Proyektor)
 - d. Audio/video visual lari jarak menengah
 - e. Rekaman/cuplikan lari jarak menengah

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik 2. Menjelaskan tujuan pembelajaran	15 Menit
Inti	Melakukan pemanasan dengan pemanasan statis dan dinamis.	90 Menit

Mengamati:

1. Berdoa sebelum dan setelah pelajaran
2. Membaca informasi tentang gerak fundamental lari jarak menengah, dan;
3. Mencari informasi tentang gerak fundamental lari jarak menengah dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau
4. Mengamati aktivitas lari jarak menengah di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental lari jarak menengah.

Menanya:

1. Guru membuka sesi diskusi tentang lari jarak menengah, membuka pertanyaan seputar pengetahuan yang siswa miliki tentang materi pelajaran.
2. Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak fundamental lari jarak menengah, misalnya: apakah awalan mempengaruhi kecepatan lari? Apakah tolakan mempengaruhi tempo dalam berlari? Apakah posisi tubuh mempengaruhi kecepatan lari? bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari jarak menengah?
3. Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lari jarak menengah terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan

Mencoba:

1. Siswa diperkenalkan dalam melakukan start lari jarak menengah.
2. Siswa melakukan awalan/*start* lari jarak menengah dengan start jongkok dan berdiri dengan aba-aba dari guru.
3. Siswa melakukan lari pendek dengan start yang sudah di pelajari.
4. Mendiskusikan setiap gerak fundamental dengan benar dan membuat kesimpulannya.

	<p>5. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lari jarak menengah</p> <p>6. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lari jarak menengah.</p> <p>Mengasosiasi:</p> <p>Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental lari jarak menengah dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan lari jarak menengah.</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <p>1. Melakukan lari jarak menengah dengan menerapkan latihan yang telah dilakukan serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain.</p> <p>2. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada siswa.</p>	
Penutup	<p>1. Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot kaki.</p> <p>2. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang.</p> <p>3. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin.</p>	15 Menit

I. Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi lari jarak menengah, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas mandiri di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk lembaran

2) Butir Soal Pengetahuan

Rubrik Penilaian Aspek Kognitif

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai
		1	2	3	4	Σ	Akhir
1.	Bagaimana pendaratan telapak kaki lari jarak menengah?						
2.	Bagaimana posisi gerakan lengan yang benar pada saat melakukan lari jarak menengah?						
3.	Bagaimana posisi badan yang benar pada saat melakukan lari jarak						

3) Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang teknik dasar awalan dan perkenaan dalam lari jarak menengah.
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
- Skor 1 : jika tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

b. Penilaian Keterampilan

1) Petunjuk Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan melakukan suatu gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut (diambil kecepatan waktu melakukan gerakan).

2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

Lakukan teknik dasar lari jarak menengah! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Rubrik Penilaian Keterampilan

Nama siswa :

Kelas :

No Urut :

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak		
	1	2	3
1. Gerakan lengan diayun depan belakang beberapa senti meter di atas pinggang 2. Gerakan kaki tidak terlalu cepat 3. Pendaratan telapak kaki menggunakan sisi bagian tengah telapak kaki 4. Posisi badan agak condong ke depan			
JUMLAH			
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16			

Kriteria Penilaian

- a. Skor 3 jika baik sesuai dengan aspek yang dinilai
- b. Skor 2 jika sedang
- c. Skor 1 jika tidak mengerjakan aspek yang dinilai.

a. Penilaian Perilaku

1) Petunjuk penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Rubrik Penilaian Perilaku Lari jarak menengah

Perilaku Yang Dinilai	Cek (V)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerja Sama			
2. Tanggung Jawab			
3. Menghargai Teman			
4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah Skor maksimal = 15			

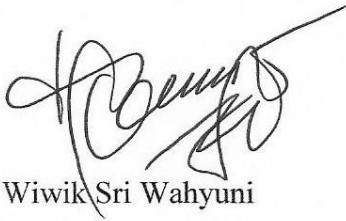
Kriteria Penilaian

- a. Skor 3 jika baik
- b. Skor 2 jika sedang
- c. Skor 1 jika kurang

Mengetahui,

Yogyakarta, 15 Agustus 2016

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL PJOK



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Identitas Sekolah : SMP Negeri 4 Ngaglik
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Pembelajaran Atletik (Lompat Jauh)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit/1 Pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi :

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianutnya	1.1.1. Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan pembelajaran
2.1 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	2.1.1 Merapihkan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
2.2 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
2.3 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.3.1 Dalam melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berkelompok,

<p>2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan</p>	<p>beregu dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik maupun psikis</p> <p>2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan</p> <p>2.5.1 Melakukan permainan dengan mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan</p> <p>2.6.1 Dalam melakukan permainan menunjukkan perilaku bahwa lawan merupakan teman bermain</p>
<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, dan lompat).</p>	<p>3.3.1 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan awalan / ancang-ancang lompat jauh gaya jongkok dengan benar.</p> <p>3.3.2 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan tumpuan/tolakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.</p> <p>3.3.3 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya jongkok dengan benar.</p> <p>3.3.4 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya jongkok dengan benar.</p> <p>3.3.5 Menjelaskan cara melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik awalan, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara dan mendarat dengan benar.</p>
<p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar atletik (jalan cepat, lari, lompat dan lempar) menekankan gerak dasar fundamentalnya</p>	<p>4.3.1. Mempraktikkan teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.</p>

	<p>4.3.2. Mempraktikkan teknik gerakan tumpuan/tolakan lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.</p> <p>4.3.3. Mempraktikkan teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.</p> <p>4.3.4. Melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik awalan, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara dan mendarat dengan koordinasi yang baik.</p>
--	---

C. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan dapat:

1. Memahami cara melakukan teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
2. Memahami cara melakukan teknik gerakan tumpuan/tolakan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
3. Memahami cara melakukan teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
4. Memahami cara melakukan teknik gerakan mendarat lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
5. Memahami cara melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik awalan, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara dan mendarat dengan benar.
6. Melakukan teknik gerakan awalan/ancang-ancang lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.
7. Melakukan teknik gerakan tumpuan/tolakan lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.
8. Melakukan teknik gerakan saat melayang di udara lompat jauh gaya jongkok dengan koordinasi yang baik.
9. Melakukan perlombaan lompat jauh dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan teknik awalan, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara dan mendarat dengan koordinasi yang baik.

D. Materi Pembelajaran

Lompat jauh gaya jongkok

1. Teknik awalan
2. Teknik tolakan/tumpuan
3. Teknik saat melayang di udara
4. Teknik pendaratan

E. Metode Pembelajaran :

1. Pendekatan: *Scientific*
2. Model pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
3. Metode: penugasan dan resiprokal/timbal-balik

F. Media Pembelajaran :

1. Bak lompat jauh
2. Meteran
4. Peluit
5. Kun
6. LCD/Proyektor

G. Sumber Belajar :

1. Media cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Buku petunjuk atletik
 - c. Media elektronik (Lcd dan Proyektor)
 - d. Audio/video visual lompat jauh
 - e. Rekaman/cuplikan lomba lompat jauh

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik 2. Menjelaskan tujuan pembelajaran	15 Menit
Inti	Melakukan pemanasan dengan pemanasan statis dan dinamis. Mengamati: 1. Berdoa sebelum dan setelah pelajaran	90 Menit

2. Membaca informasi tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan
3. Mencari informasi tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau
4. Mengamati aktivitas lompat jauh di TV/Video dan membuat catatan tentang gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan membuat catatan hasil pengamatan.

Menanya:

1. Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang gerak fundamental lompat jauh, misalnya: apakah awalan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah tolakan mempengaruhi jauhnya lompatan? Apakah posisi tubuh saat di udara mempengaruhi jauhnya lompatan? bagaimana akibatnya bila mendarat lutut tidak mengeper? bagaimana reaksi jantung dan paru selama melakukan aktivitas lari cepat?
2. Peserta didik secara bergantian saling bertanya tentang manfaat lompat jauh terhadap kesehatan dan otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam lari cepat.

Mencoba:

1. Melompat ke berbagai arah tanpa awalan dengan menunjukkan nilai disiplin
2. Melompat ke depan dengan berbagai jenis tumpuan dengan menunjukkan nilai disiplin
3. Melompat ke depan dengan berbagai jenis awalan dengan menunjukkan nilai disiplin
4. Mendarat dengan berbagai jenis pendaratan
5. Melayang di udara dengan berbagai posisi badan
6. Mendiskusikan setiap gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya.
7. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan

	<p>mendarat)dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>8. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dengan benar dan membuat kesimpulannya.</p> <p>Mengasosiasi:</p> <p>Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat) dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan lompat jauh.</p> <p>Mengkomunikasikan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan lompat jauh dengan menerapkan gerak fundamental lompat jauh (awalan, tolakan, melayang di udara, dan mendarat serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 2. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada siswa. 3. Memaparkan hasil diskusi berkaitan tentang keterampilan gerak lompat jauh dengan menunjukkan kerjasama 	
<p>Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan (<i>colling down</i>) dengan melemaskan otot-otot tungkai dan punggung. 2. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang. 3. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat pola gerak lompat jauh gaya jongkok yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang. 4. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin. 	<p>15 Menit</p>

I. Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi lompat jauh, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas kelompok ini dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio!

2) Butir Soal Pengetahuan

Rubrik Penilaian Aspek Kognitif

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Jelaskan cara melakukan awalan lompat jauh gaya jongkok!						
2.	Jelaskan cara melakukan tumpuan lompat jauh gaya jongkok!						
3.	Jelaskan cara melakukan gerakan melayang di udara lompat jauh gaya jongkok!						
4.	Jelaskan cara melakukan pendaratan lompat jauh gaya jongkok!						

3) Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang teknik dasar awalan/ancang-ancang, tumpuan/tolakan, saat melayang di udara, dan mendarat lompat jauh gaya jongkok.
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan di atas.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu pertanyaan di atas.
- Skor 1 : jika tidak satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan.

b. Penilaian Keterampilan

- 1) Petunjuk Penilaian Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan melakukan suatu gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut (diambil kecepatan waktu melakukan gerakan).

2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

Lakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Rubrik Penilaian Keterampilan

Nama siswa :

Kelas :

No Urut :

Penilaian Keterampilan Gerak			Nilai Akhir	Keterangan
Penilaian Proses		Penilaian Produk		
Sikap awal lompat jauh (Skor 3)	Sikap pelaksanaan lompat jauh (Skor 4)	Sikap mendarat (Skor 3)	Tes Lompat Jauh	

3) Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

a) Kriteria Penilaian Proses

- Sikap awal

Skor 3 jika:

- (1) berdiri di belakang bak lompat (kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang)

- (2) badan condongkan ke depan

- (3) pandangan ke depan

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 0: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

- Sikap gerakan lengan

Skor 4 jika:

- (1) pada saat badan di udara, kedua kaki diayunkan ke depan dengan lutut sedikit ditekuk

- (2) lengan diayun ke depan secara bergantian

- (3) badan dicondongkan ke depan

(4) pandangan ke depan

Skor 3: jika tiga kriteria dilakukan secara benar

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 0: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

- Sikap posisi badan

Skor 3 jika:

(1) mendarat dengan kedua lutut mengeper

(2) kedua lengan diacungkan ke depan

(3) badan dicondongkan ke depan

Skor 2: jika hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1: jika hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 0: jika tidak satupun kriteria dilakukan secara benar

a. Penilaian Perilaku

1) Petunjuk penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Rubrik Penilaian Perilaku Lompat Jauh Gaya Jongkok

Perilaku Yang Dinilai	Cek (V)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerja Sama			
2. Tanggung Jawab			
3. Menghargai Teman			
4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah Skor maksimal = 15			

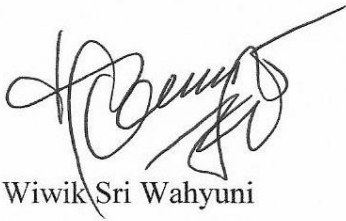
Kriteria Penilaian

- a. Skor 3 jika baik
- b. Skor 2 jika sedang
- c. Skor 1 jika kurang

Mengetahui,

Yogyakarta, 22 Agustus 2016

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL PJOK



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Identitas Sekolah : SMP Negeri 4 Ngaglik
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Kecil (Bulutangkis)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit/1 Pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi :

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianutnya	1.1.1. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan,
2.1 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	2.1.1 Merapihkan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
2.2 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
2.3 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.3.1 Dalam melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu dan berpasangan

<p>2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam permainan</p>	<p>memperhatikan kondisi teman, baik fisik maupun psikis</p> <p>2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan</p> <p>2.5.1 Melakukan permainan dengan mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan</p> <p>2.5.2 Dalam melakukan permainan memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu permainan.</p>
<p>3.3 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola kecil.</p>	<p>3.3.1 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan <i>forehand</i> pada bulu tangkis</p> <p>3.3.2 Menjelaskan cara melakukan teknik gerakan <i>backhand</i> pada bulu tangkis</p>
<p>4.3 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola kecil dengan menekankan gerak dasar fundamental.</p>	<p>4.3.1. Mempraktikkan teknik gerakan gerakan <i>forehand</i> pada bulu tangkis. jongkok dengan koordinasi yang baik.</p> <p>4.3.2. Mempraktikkan teknik gerakan <i>backhand</i> pada bulu tangkis</p> <p>4.3.4. Melakukan permainan bulu tangkis dengan teknik gerakan <i>forehand</i> dan <i>backhand</i> secara berpasangan .</p>

C. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan dapat:

1. mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. memahami dan mempraktikkan teknik dasar *forehand* dan *backhand* dalam bulu tangkis.
4. memahami dan mempraktikkan permainan bulu tangkis dengan teknik *forehand* dan *backhand*.

D. Materi Pembelajaran

Permainan Bulu Tangkis

1. Teknik *forehand*
2. Teknik *backhand*

E. Metode Pembelajaran :

1. Pendekatan: *Scientific*
2. Model pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
3. Metode: penugasan dan resiprokal/timbal-balik

F. Media Pembelajaran :

1. Lapangan yang lapang dan datar
2. Raket bulu tangkis
3. *Shuttlecock*
4. Peluit
5. Lcd dan Proyektor

G. Sumber Belajar :

1. Media cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Media elektronik
 - c. Audio/video visual bulu tangkis
 - d. Rekaman/cuplikan lomba bulu tangkis

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik 2. Menjelaskan tujuan pembelajaran	15 Menit
Inti	Melakukan pemanasan dengan permainan yang menarik dan menyenangkan. Mengamati: 1. Berdoa sebelum dan setelah pelajaran	90 Menit

2. Membaca informasi tentang gerak fundamental bulu tangkis teknik *forehand* dan *backhand*
3. Mencari informasi tentang gerak fundamental bulu tangkis teknik *forehand* dan *backhand* dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau
4. Mengamati aktivitas bulu tangkis di video yang ditayangkan oleh guru di kelas.

Menanya:

1. Guru membuka sesi tanya jawab untuk siswa tentang video yang telah di tayangkan
2. Guru menanyakan peserta didik tentang tahap-tahap gerakan teknik *forehand* dan *backhand* setelah melihat video yang ditayangkan
3. Guru menanyakan kelebihan dan kekurangan masing-masing teknik?

Mencoba:

1. Siswa mencoba teknik *forehand* secara berpasangan sebanyak 25 kali
2. Siswa mencoba teknik *backhand* secara berpasangan sebanyak 25 kali
3. Mendiskusikan setiap gerak fundamental bulu tangkis dengan benar dan membuat kesimpulannya
4. Mendiskusikan kekuatan dan kelemahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental bulu tangkis teknik *forehand* dan *backhand* dengan benar dan membuat kesimpulannya.
5. Mendiskusikan bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan saat melakukan gerak fundamental bulu tangkis) dengan benar dan membuat kesimpulannya.

Mengasosiasi:

Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental bulu tangkis dan menemukan pola yang tepat untuk melakukan bulu tangkis teknik *forehand* dan *backhand*

	<p>Mengkomunikasikan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bermain bulu tangkis secara berpasangan dengan menerapkan gerak fundamental bulu tangkis serta menunjukkan sportif, kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 2. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada siswa. 3. Memaparkan hasil diskusi berkaitan tentang keterampilan gerak bulu tangkis dengan menunjukkan kerjasama 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan dengan melakukan peregangan 2. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang. 3. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat pola gerak bulu tangkis yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang. 4. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin. 	15 Menit

I. Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi bulu tangkis, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas kelompok di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas kelompok ini dapat dikerjakan di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio!

2) Butir Soal Pengetahuan

Rubrik Penilaian Aspek Kognitif

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Bagaimana posisi awal kaki dan tangan saat kamu melakukan pukulan <i>forehand</i> ?						
2.	Bagaimana posisi awal kaki dan tangan saat kamu melakukan pukulan <i>backhand</i> ?						
3.	Jelaskan cara melakukan pukulan <i>forehand</i> ?						
4.	Jelaskan cara melakukan pukulan <i>backhand</i> ?						

3) Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan tentang teknik dasar awalan dengan lengkap dan orisinil
- Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan pertanyaan dengan baik sesuai yang diajarkan.
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan dengan sedikit kesalahan
- Skor 1 : jika peserta didik kurang lengkap dalam memberikan jawaban

b. Penilaian Keterampilan

1) Petunjuk Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan melakukan suatu gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut.

2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

Lakukan teknik dasar bulu tangkis gaya jongkok! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Rubrik Penilaian Ketrampilan

Nama siswa :

Kelas :

No Urut :

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Teknik Dasar Pegangan Raket dan Pukulan</i></p> <p>1. Posisi awal tangan memegang raket seperti berjabatan tangan dan posisi awal kaki dibuka selebar bahu (melangkah)</p> <p>2. Gerakan lengan melakukan pukulan <i>forehand</i> mengayun raket kearah bola dan posisi lengan menghadap arah gerakan</p> <p>3. Posisi awal tangan memegang raket seperti berjabatan tangan dan posisi awal kaki dibuka selebar bahu (melangkah)</p> <p>4. Gerakan lengan melakukan pukulan servis mengayun raket kearah bola dan posisi lengan membelakangi arah gerakan</p>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

a. Penilaian Perilaku

1) Petunjuk penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Rubrik Penilaian Perilaku Bulu Tangkis

Perilaku Yang Dinilai	Cek (V)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerja Sama			
2. Tanggung Jawab			
3. Menghargai Teman			
4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah Skor maksimal = 15			

Kriteria Penilaian


- a. Skor 3 jika baik
- b. Skor 2 jika sedang
- c. Skor 1 jika kurang

Mengetahui,

Yogyakarta, 29 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni



Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Identitas Sekolah : SMP Negeri 4 Ngaglik
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Aktivitas Ritmik (Senam Irama)
Alokasi Waktu : 3 JP (3 x 40 menit/1 Pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan social dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi :

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianutnya	1.1.1. Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan,
2.1 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.	2.1.1 Merapihkan kembali peralatan yang telah digunakan pada tempatnya
2.2 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.2.1 Tidak melakukan gerakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain
2.3 Menunjukkan kemauan kerjasama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.	2.3.1 Dalam melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu dan berpasangan

<p>2.4 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.6 Menerima kekalahan dan kemenangan dalam</p>	<p>memperhatikan kondisi teman, baik fisik maupun psikis</p> <p>2.4.1 Saling membantu teman bila ada kesulitan dalam melakukan gerakan</p> <p>2.5.1 Melakukan aktivitas dengan mengikuti peraturan, petunjuk atau arahan</p> <p>2.5.2 Dalam melakukan aktivitas memiliki sikap menerima kekalahan dan kemenangan dalam suatu .</p>
<p>3.7 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental (langkah dan ayunan lengan) dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar aktivitas gerak ritmik.</p>	<p>3.3.1 Memahami aktivitas gerak berirama dengan gerakan ayunan kaki dan lengan pada senam irama</p> <p>3.3.2 Memahami gerakan ayunan lengan dan gerakan langkah kaki pada senam irama</p>
<p>4.7 mempraktikkan aktivitas pola gerak melangkah dan irama gerak dalam aktivitas gerak.</p>	<p>4.7.1. Mempraktikkan teknik gerakan tangan dalam senam irama</p> <p>4.3.2. Mempraktikkan teknik gerakan kaki dalam senam irama</p> <p>4.3.4. Melakukan kombinasi gerakan tangan dan kaki pada senam irama</p>

C. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini, peserta didik diharapkan dapat:

1. mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. memahami dan mempraktikkan teknik dasar tangan dan kaki dalam senam irama.
4. memahami dan mempraktikkan senam irama dengan teknik tangan dan kaki.

D. Materi Pembelajaran

Senam irama

1. Senam irama, Senam Kesegaran Jasmani 2012

E. Metode Pembelajaran :

1. Pendekatan: *Scientific*
2. Model pembelajaran penemuan (*Discovery Learning*)
3. Metode: penugasan dan resiprokal/timbal-balik

F. Media Pembelajaran :

1. Ruang tertutup
2. Peluit
3. Lcd dan Proyektor
4. Pengeras suara/Speaker

G. Sumber Belajar :

1. Media cetak
 - a. Buku pegangan guru dan peserta didik SMP Kelas VII Muhajir, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Pusurbuk Kemdikbud RI.
 - b. Media elektronik
 - c. Audio/video visual senam irama
 - d. Rekaman/cuplikan senam irama

H. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berbaris, berdoa, berhitung (presensi), apersepsi, dan memotivasi peserta didik 2. Menjelaskan tujuan pembelajaran 	15 Menit
Inti	<p>Melakukan pemanasan statis dan dinamis.</p> <p>Mengamati:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berdoa sebelum dan setelah pelajaran 2. Membaca informasi tentang gerak fundamental senam irama teknik tangan dan kaki 3. Mencari informasi tentang gerak fundamental senam irama teknik tangan dan kaki dari berbagai sumber media cetak atau elektronik, atau 4. Mengamati aktivitas senam irama di video yang ditayangkan oleh guru di kelas. <p>Menanya:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru membuka sesi tanya jawab untuk siswa tentang video yang telah di tayangkan 	90 Menit

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Guru menanyakan peserta didik tentang tahap-tahap gerakan teknik tangan dan kaki setelah melihat video yang ditayangkan 3. Guru menanyakan manfaat dari masing-masing gerakan <p>Mencoba:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibagi menjadi 3 berkelompok 2. Siswa melakukan senam irama secara bergantian per kelompok 3. Siswa melihat video senam irama yang di tayangkan oleh guru dan mengikuti gerakan yang ada <p>Mengasosiasi:</p> <p>Menghubungkan berbagai informasi yang telah dipelajari dan menemukan gerak fundamental senam dan memahami pola dan ritme dari masing-masing gerakan.</p> <p>Mengkomunikasikan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada siswa. 2. Memaparkan hasil diskusi berkaitan tentang keterampilan gerak senam irama dengan menunjukkan kerjasama 	
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan dengan melakukan peregangan 2. Melakukan refleksi dan tanya-jawab materi pembelajaran yang telah dipelajari, memberi tugas pengayaan bagi yang tuntas dan remedial yang belum tuntas, dan memberitahu materi yang akan dipelajari pada minggu yang akan datang. 3. Guru menugaskan kepada peserta didik untuk mencatat pola gerak senam irama yang telah dipelajari dalam buku tugas/kerja, dan dikumpulkan pada pertemuan yang akan datang. 4. Berbaris dan berdoa, kembali ke kelas dengan penuh disiplin. 	15 Menit

--	--	--

I. Penilaian Hasil Belajar

1. Teknik dan Bentuk Penilaian

a. Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian

Setelah mempelajari materi senam irama, tugaskan kepada peserta didik untuk mengerjakan tugas secara mandiri dan dikerjakan dengan penuh tanggung jawab.

2) Butir Soal Pengetahuan

Rubrik Penilaian Aspek Kognitif

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Sebutkan nama-nama gerakan dari senam yang telah di tampilkan						
2.	Apa saja manfaat dari masing-masing gerakan yang ada						
3.	Jelaskan cara melakukan salah satu gerakan yang ada dalam video?						
4.	Sebutkan salah satu gerakan yang merupakan gerakan pendahuluan, inti, dan penutup.						

3) Kriteria Penilaian (Pengetahuan/Pemahaman)

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menyebutkan lebih dari 4
- Skor 3 : jika peserta didik menyebutkan 3-4 gerakan
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menyebutkan 2 gerakan
- Skor 1 : jika peserta didik hanya mampu menyebutkan 1 gerakan

b. Penilaian Keterampilan

1) Petunjuk Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam dua bentuk, yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan melakukan suatu gerakan (penilaian proses) dan penilaian produk dari gerakan tersebut.

2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja)

Lakukan teknik dasar senam irama gaya jongkok! Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan proses suatu gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Rubrik Penilaian Ketrampilan

Nama siswa :

Kelas :

No Urut :

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak				
	1	2	3	4	5
Senam irama 1. Keseriusan dalam mengerjakan senam 2. Gerakan yang dilakukan 3. Kesesuaian dengan irama 4. Kualitas gerak					
JUMLAH					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 25					

Kriteria Skor:

- a. Skor 5 jika sangat baik dan memahami secara penuh video
- b. Skor 4 jika sangat baik
- c. Skor 3 jika baik
- d. Skor 2 jika sedang
- e. Skor 1 jika kurang

c. Penilaian Perilaku

1) Petunjuk penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

Rubrik Penilaian Perilaku Senam irama

Perilaku Yang Dinilai	Cek (V)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Kerja Sama			
2. Tanggung Jawab			
3. Menghargai Teman			

4. Disiplin			
5. Toleransi			
Jumlah Skor maksimal = 15			

Kriteria Penilaian


- f. Skor 3 jika baik
- g. Skor 2 jika sedang
- h. Skor 1 jika kurang

Mengetahui,

Yogyakarta, 5 September 2016

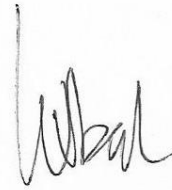
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam.
- b. Siswa dapat melakukan dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.

2. Menjelaskan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
4. Melakukan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola permainan sepak bola.
5. Menggunakan keterampilan gerak mengumpan dan menghentikan bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi

E. Materi Ajar

Umpan Datar dengan Kaki bagian dalam dan menghentikan bola pada Permainan Sepak Bola

- Siswa dapat melakukan teknik dasar umpan datar dan menghentikan bola dengan kaki bagian dalam.
- Siswa dapat melakukan dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Komando

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Siswa diajak bermain sebuah permainan yang menarik dan menyenangkan.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menunjukkan tata cara gerakan mengumpan datar dengan kaki bagian dalam menggunakan media pembelajaran gambar yang telah dipersiapkan.
- 3) Guru menjelaskan gerakan yang ada pada media pembelajaran secara singkat, padat, dan jelas.

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Guru memberi pertanyaan tentang umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepak bola.

- Mengapa harus melakukan umpan saat bermain sepak bola?

Jawab: Hal tersebut dilakukan agar bisa melewati hadangan pemain lawan sehingga mudah untuk mencetak angka.

- 3) Guru menjelaskan cara mengumpan datar dengan kaki bagian dalam menggunakan teknik yang benar.
 - a) Menerima bola dengan kaki bagian dalam atau telapak kaki sehingga bola bisa berhenti sempurna.
 - b) Mengontrol bola sehingga bola berada di depan kaki agak menyerong sesuai dengan kaki yang digunakan untuk menendang.
 - c) Menendang bola dengan kaki bagian dalam ke arah teman yang dituju.
 - d) Bola bergerak lurus dan mendatar ke arah teman yang dituju.



- 4) Guru memberi contoh cara mengumpan datar dengan kaki bagian dalam secara benar.
- 5) Siswa mencoba melakukan gerakan yang telah dijelaskan oleh guru.
- 6) Guru memberi pertanyaan tentang teknik dasar mengumpan dengan kaki bagian dalam yang telah dilakukan.

- Mengapa bola yang ditendang melambung walau bola ditendang dengan kaki bagian dalam?

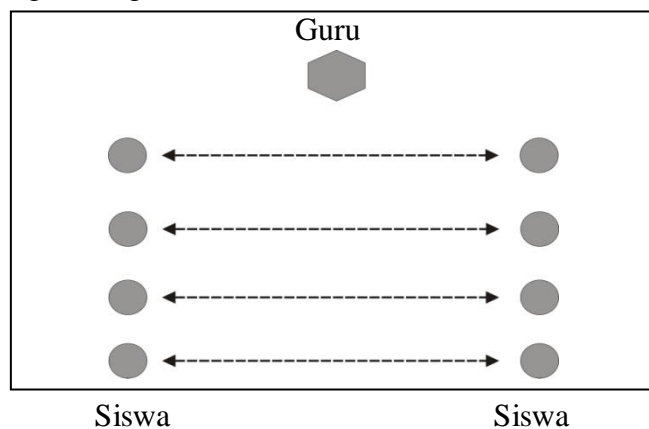
Jawab: Hal tersebut terjadi karena perkenaan kaki pada bola mengenai bagian bawah bola dan terlalu keras dalam mengumpan.

b. Elaborasi

- **Mencoba**

➤ Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar umpan datar dengan kaki bagian dalam pada permainan sepakbola

- 1) Guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan.
- 2) Guru memberikan tugas dan menjelaskan indikator keberhasilannya.
- 3) Siswa diminta untuk melakukan umpan datar dengan kaki bagian dalam berpasangan dengan siswa lain.



- 4) Bola yang ditendang lurus mengarah pasangannya dan jangan sampai melambung.

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang dapat digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari kedalam sebuah permainan.
- 2) Guru memfasilitasi siswa dengan memberikan sebuah game sepak bola modifikasi yang dapat memicu siswa untuk menerapkan gerakan-gerakan yang telah dipelajari.

3. Penutupan (10 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan sepak bola dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan sepak bola

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- **Nilai akhir yang diperoleh siswa =**

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

RUBRIK PENILAIAN

UMPAN DATAR DENGAN KAKI BAGIAN DALAM

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi siswa saat menerima bola.				

2. Gerakan siswa saat menendang bola.				
3. Gerakan bola yang ditendang.				
4. Arah bola yang ditendang.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

Keterangan:

1. Posisi siswa saat menerima bola.

- Nilai 4 jika siswa mampu menerima bola dengan baik menggunakan kaki bagian dalam atau telapak kaki sehingga bola berhenti bergerak.
- Nilai 3 jika siswa mampu menerima bola namun bola tidak langsung berhenti.
- Nilai 2 jika siswa langsung menendang bola yang diterima tanpa mengontrolnya lebih dahulu.
- Nilai 1 jika siswa gagal menerima bola atau bola yang diterima memantul terlalu jauh.

2. Gerakan siswa saat menendang bola.

- Nilai 4 jika siswa menendang bola dengan kaki bagian dalam secara sempurna.
- Nilai 3 jika siswa menendang bola dengan kaki bagian dalam namun tidak menggunakan gerakan awalan terlebih dahulu.
- Nilai 2 jika siswa menendang bola dengan kaki bagian dalam tanpa mengontrolnya terlebih dahulu.
- Nilai 1 jika siswa tidak menendang bola dengan kaki bagian dalam

3. Gerakan bola yang ditendang.

- Nilai 4 jika bola bergerak mendatar menyusuri tanah.
- Nilai 3 jika bola bergerak sedikit melambung di permukaan tanah.
- Nilai 2 jika bola bergerak melambung sebatas lutut.
- Nilai 1 jika bola bergerak melambung tinggi diatas lutut.

4. Arah bola yang ditendang.

- Nilai 4 jika arah bola lurus menuju pasangannya.
- Nilai 3 jika arah bola melenceng namun tidak membuat pasangannya melangkah.
- Nilai 2 jika arah bola melenceng dan membuat temannya melangkah max 2 langkah.
- Nilai 1 jika arah bola melenceng terlalu jauh.

RUBRIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP UMPAN DATAR DENGAN KAKI BAGIAN DALAM

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana gerakan yang benar dalam mengumpan datar dengan kaki bagian dalam?				
2. Mengapa bola yang ditendang melambung walau bola ditendang dengan kaki bagian dalam?				
JUMLAH				

JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8

Keterangan:

1. Bagaimana gerakan yang benar dalam mengumpan datar dengan kaki bagian dalam?
 - a. Menerima bola dengan kaki bagian dalam atau telapak kaki sehingga bola bisa berhenti sempurna.
 - b. Mengontrol bola sehingga bola berada di depan kaki agak menyerong sesuai dengan kaki yang digunakan untuk menendang.
 - c. Menendang bola dengan kaki bagian dalam ke arah teman yang dituju.
 - d. Bola bergerak lurus dan mendatar ke arah teman yang dituju.

Kriteria penilaian:

- Nilai 4 jika mampu menjawab keseluruhan jawaban.
- Nilai 3 jika mampu menjawab 3 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 2 jika mampu menjawab 2 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 1 jika mampu menjawab 1 dari 4 jawaban yang tersedia.

2. Mengapa bola yang ditendang melambung walau bola ditendang dengan kaki bagian dalam?
 - a. Hal tersebut terjadi karena perkenaan kaki pada bola mengenai bagian bawah bola
 - b. Terlalu keras dalam mengumpan.
 - c. Tidak menggunakan kaki bagian dalam saat menendang.
 - d. Tidak melakukan gerakan awalan sebelum menendang.

Kriteria penilaian:

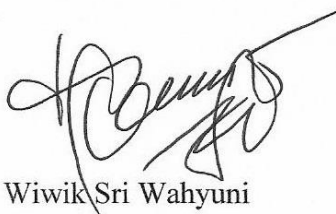
- Nilai 4 jika mampu menjawab keseluruhan jawaban.
- Nilai 3 jika mampu menjawab 3 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 2 jika mampu menjawab 2 dari 4 jawaban yang tersedia.
- Nilai 1 jika mampu menjawab 1 dari 4 jawaban yang tersedia.

Mengetahui,

Yogyakarta, 25 Juli 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni



Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit (1x Pertemuan)

A. Standar Kompetensi

1. Mengembangkan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan teknik dasar salah satu nomor olahraga bola besar beregu lanjutan serta nilai kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki.
- b. Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak menembak dan menggiring bola permainan sepak bola.

2. Menjelaskan keterampilan gerak menembak dan menggiring bola permainan sepak bola.
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak menembak dan menggiring bola permainan sepak bola.
4. Melakukan keterampilan gerak menembak dan menggiring bola permainan sepak bola.
5. Menggunakan keterampilan gerak menembak dan menggiring bola dalam bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi

E. Materi Ajar

Menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada Permainan Sepak Bola

- Siswa dapat melakukan teknik dasar menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki.
- Siswa dapat melakukan dasar menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada permainan sepak bola menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi.

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Resiprokal

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 3 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Pemanasan statis dan dinamis.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menjelaskan cara menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki menggunakan teknik yang benar.
- 3) Guru menunjukkan tata cara gerakan contoh menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki
- 4) Siswa diminta untuk mengamati berbagai teknik yang didemonstrasikan oleh guru sebagai materi pembelajaran.

- a. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Pandangan mata ke arah bola.
- b) Kepala dan badan di atas bola.
- c) Bola didorong dengan kaki bagian dalam dan tetap dalam penguasaan.
- d) Bola didorong lurus ke depan.

- b. Menggiring bola dengan kaki bagian luar

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

- a) Pandangan mata ke arah bola.
- b) Kepala dan badan di atas bola.
- c) Bola didorong dengan kaki bagian luar.
- d) Kaki yang digunakan untuk mendorong bola diputar ke dalam, sehingga bagian kaki yang menyentuh bola adalah bagian kaki yang dekat dengan kelingking.
- e) Bola didorong ke depan dengan jarak yang masih dalam penguasaan.

- c. Menggiring bola dengan punggung kaki

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- a) Pandangan mata ke arah bola.
- b) Kepala dan badan di atas bola.
- c) Bola didorong dengan punggung kaki.
- d) Ujung kaki yang mendorong bola menghadap ke tanah.
- e) Ketika berlari, kaki melangkah pendek.
- f) Jarak bola masih dalam penguasaan pemain.

- 5) Selanjutnya, siswa diminta untuk mempraktekkannya

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Peserta didik saling tanya jawab tentang perbedaan dalam penggunaan kaki bagian dalam, punggung, dan luar dalam menggiring dan menembak .

- b. **Elaborasi**

- **Mencoba**

- Pelaksanaan pembelajaran teknik dasar menggiring bola dan menembak pada permainan sepakbola
 - 1) Guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan.
 - 2) Guru memberikan tugas dan menjelaskan indikator keberhasilannya.
 - 3) Siswa diminta untuk melakukan menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki berpasangan dengan siswa lain.
 - 4) Bola yang ditendang lurus mengarah ke pasangan yang ada di seberangnya.
 - 5) Siswa melaksanakan tugas gerak, dan masing-masing siswa saling mengamati apakah tugas gerak telah dilakukan dengan baik.

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang dapat digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari kedalam sebuah permainan.
- 2) Guru memfasilitasi siswa dengan memberikan sebuah game sepak bola modifikasi yang dapat memicu siswa untuk menerapkan gerakan-gerakan yang telah dipelajari.

3. Penutupan (10 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
Siswa diajak bermain sebuah permainan yang menarik dan menyenangkan.
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.
- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

H. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan nyaman
2. Bola 6 buah
3. Cone 10 buah

4. Peluit dan Jam Tangan
5. Buku referensi
6. Media Cetak dan Elektronik

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki • Permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi <p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui teknik dasar menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki pada permainan sepak bola <p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	<p>Tes praktik (Kinerja)</p> <p>Tes tertulis</p> <p>Tes observasi</p>	<p>Tes Contoh Kinerja</p> <p>Pilihan ganda/uraian singkat</p> <p>Lembar observasi</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lakukan menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki! • Jelaskan cara melakukan menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki dengan baik dan benar? • Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Melakukan menggiring bola dan menembak dengan menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan sepak bola dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan sepak bola

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- **Nilai akhir yang diperoleh siswa =**

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

**MENGGIRING BOLA DAN MENEMBAK DENGAN MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI**

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi awal siswa saat akan melakukan gerakan 2. Gerakan siswa saat menembak dan menggiring bola. 3. Gerakan bola yang ditendang dan digiring. 4. Arah bola yang ditendang.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

Keterangan:

1 = kurang 2 = cukup 3 = baik 4 = sangat baik

RUBRIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP MENGGIRING DAN MENEMBAK BOLA

Menggunakan observasi terhadap diskusi, tanya jawab dan percakapan

Nama Peserta Didik yang dinilai :

Kelas :

Tanggal Pengamatan :

Materi Pokok :

Nama Peserta Didik	Pernyataan							
	Pengungkapan gagasan orisinil		Kebenaran konsep		Ketepatan menggunakan istilah		Dan lain sebagainya	

Keterangan : diisi dengan ceklis (V)

Teknik ini merupakan cerminan dari penilaian authentic. Guru akan dapat mengenal kemampuan peserta didik dalam kompetensi pengetahuan (fakta, konsep, prosedur) seperti mengenai pengungkapan gagasan yang orisinil, kebenaran konsep dan ketepatan penggunaan istilah pada waktu mengungkapkan pendapat, bertanya atau pun menjawab pertanyaan.

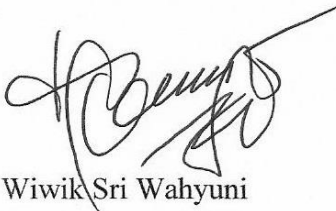
Lampiran pertanyaan

1. Bagaimana sikap tubuh pada saat perkenaan bola saat menggiring?
2. Pada saat kapankah menggiring bola dilakukan ?
3. Bagaimana sikap tubuh saat akan perkenaan untuk menembak bola?

Mengetahui,

Yogyakarta, 1 Agustus 2016

Guru Pembimbing



Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Mahasiswa PPL PJOK



Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik lari jarak menengah dengan koordinasi yang baik
- b. Siswa dapat mengetahui teknik dasar lari jarak menengah dengan koordinasi yang baik.
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Melakukan teknik lari jarak menengah dengan koordinasi yang baik.
2. Mengetahui bentuk teknik dasar lari jarak menengah dengan koordinasi yang baik.
3. Menerapkan kerjasama, disiplin, toleransi, percaya diri dan menghargai orang lain.

E. Materi Ajar

- **Lari Jarak Menengah**

- Lari jarak menengah menempuh jarak 800 m dan 1500 m. start yang digunakan untuk lari jarak menengah nomor 800 m adalah start jongkok dan berdiri, sedangkan untuk jarak 1500 m menggunakan start berdiri. Pada lari 800 m masing –masing pelari berlari di lintasannya sendiri, setelah melewati satu tikungan pertama barulah pelari–pelari itu boleh masuk ke dalam lintasan pertama Hal yang perlu diperhatikan pada lari jarak menengah adalah penyesuaian antara kecepatan dan kekuatan / stamina dari masing -masing pelari.

F. Metode Pembelajaran

1. Komando
2. Latihan (Practice)
3. Resiprokal

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Pemanasan statis dan dinamis.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan cara lari jarak menengah
- 2) Guru memberikan pembelajaran lari jarak menengah

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Peserta didik saling tanya jawab tentang tata cara melakukan *start* dalam lari jarak menengah.

b. Elaborasi

- **Mencoba**

Tahap Teknik Dasar

Tahap ini bertujuan untuk mempelajari keterampilan gerak dasar lari jarak menengah dengan sistematis. Adapun tahap – tahapnya sebagai berikut :

- Lari Jarak Menengah

- Siswa dikenalkan cara start jongkok dan berdiri yang benar
- Setelah siswa mengerti dengan cara start jongkok dan berdiri yang benar, siswa langsung melakukan lari jarak menengah dengan jarak yang deka
- Lalu nanti jaraknya akan diperjauh sampai keliling lingkungan sekolah.

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari.
- 2) Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- 3) Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Penutup (10 menit)

- a. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- b. Pendinginan
 - Peregangan tubuh dengan *cooling down*
 - Melakukan permainan angka yang menarik dan menyenangkan
- c. Siswa dibariskan dan dihitung kembali jumlahnya.

- d. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

H. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan nyaman
2. *Stopwatch*
3. Peluit
4. Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan tehnik dasar strat, lari dan finish dengan koordinasi yang baik • Melakukan lomba lari dengan peraturan yang dimodifikasi 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik start berdiri, lari dan finish dengan koordinasi yang baik !
<p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk teknik dasar dasar start berdiri, lari dan finish dengan koordinasi yang baik 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Pendaratan telapak kaki yang benar saat lari jarak menengah, adalah .
<p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	Tes observasi	Lembar observasi	Kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan teknik dasar lari jarak menengah

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Lakukan teknik dasar lari jarak menengah dengan peraturan yang telah dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (√) mendapat nilai 1

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam teknik dasar lari jarak menengah

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

$\text{Nilai tes unjuk kerja} + \text{nilai observasi} + \text{nilai kuis}$

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA TEKNIK DASAR LARI JARAK PENDEK

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Gerakan lengan diayun depan belakang beberapa senti meter di atas pinggang 2. Gerakan kaki tidak terlalu cepat 3. Pendaratan telapak kaki menggunakan sisi bagian tengah telapak kaki 4. Posisi badan agak condong ke depan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU DALAM LARI JARAK PENDEK

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman dalam melakukan kegiatan	
2. Toleransi/menghargai lawan	
3. Percaya diri/keberanian	
4. Bersedia berbagi tempat dan peralatan	
Jumlah	
Jumlah Skor Maksimal = 4	

RUBRIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP LARI JARAK PENDEK

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana pendaratan telapak kaki lari jarak menengah?				
2. Bagaimana posisi gerakan lengan yang benar pada saat melakukan lari jarak menengah?				


3. Bagaimana posisi badan yang benar pada saat melakukan lari jarak menengah ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Mengetahui,

Yogyakarta, 15 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK




Wiwik Sri Wahyuni

Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik serta nilai toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain dan bersedia berbagi tempat dan peralatan.

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar awalan, tumpuan, sikap di udara, dan mendarat
- b. Siswa dapat melakukan variasi teknik dasar lompat jauh
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak lompat jauh
2. Menjelaskan keterampilan gerak lompat jauh gaya jongkok
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak lompat jauh gaya jongkok

4. Melakukan keterampilan gerak lompat jauh gaya jongkok

E. Materi Ajar

- Lompat jauh

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Komando

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris

Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

- b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

- c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

- d. Presensi

Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.

- e. Apersepsi

Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.

- f. Pemanasan

Pemanasan yang menarik dan menyenangkan.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menunjukkan teknik dasar awalan, tolakan saat di udara, dan saat mendarat.

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Guru memberi pertanyaan tentang gerakan lompat jauh gaya jongkok
 - Mengapa harus menambah kecepatan saat akan menolak?

Jawab: Hal tersebut dilakukan agar bisa mendapatkan hasil lompatan yang maksimal saat akan melompat

- 3) Peserta didik saling tanya jawab tentang tata cara melakukan gerak lompat jauh gaya jongkok.

b. Elaborasi

- **Mencoba**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- 1) Memberikan latihan awalan lari dari tempo pelan ke cepat.
- 2) Penguatan otot tungkai kepada siswa dengan melompat berturut-turut melewati kun.
- 3) Selama latihan siswa menentukan kaki mana yang terkuat dalam melakukan lompatan.
- 4) Siswa melakukan lompat jauh dengan gaya jongkok di bak pasir tanpa awalan lari
- 5) Siswa melakukan lompat jauh dengan gaya jongkok di bak pasir dengan awalan lari

c. Konfirmasi

• **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

• **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari.
- 2) Siswa melakukan gerakan lompat jauh satu-persatu

3. Penutup (10 menit)

- a. Pendinginan
 - Pendinginan dengan peregangan/*cooling down*.
 - Melakukan permainan angka yang menarik dan menyenangkan
- b. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses
- c. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- d. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan
- e. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

H. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan nyaman
2. Cone 12 buah
3. Peluit
4. Bak lompat jauh

5. Mistar pengukur/Meteran
6. Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan teknik dasar awalan, menolak, posisi di udara, dan mendarat • Melakukan variasi teknik dasar awalan, menolak, posisi di udara, dan mendarat • Melakukan lomba lompat jauh gaya jongkok dengan peraturan yang dimodifikasi 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan variasi teknik dasar awalan, menolak, posisi di udara, dan mendarat !
<p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk variasi dan kombinasi teknik dasar awalan, menolak, posisi di udara, dan mendarat 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Cara melakukan awalan lompat jauh dilakukan dengan
<p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan 	Tes observasi	Lembar observasi	Toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, bersedia berbagi tempat dan peralatan

1. Teknik Penilaian :

- Tes Unjuk Kerja (Psikomotor)

Lakukan teknik dasar awalan tolakan, saat di udara, mendarat

$$N = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan Sikap (Afeksi)

Lakukan teknik dasar awalan tolakan, saat di udara, mendarat

$$N = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis (Kognisi)

Jawab dengan lisan atau peragaan pertanyaan tentang konsep gerak lompat jauh

$$N = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 20$$

2. Rubrik Penilaian :

Rubrik Penilaian Unjuk Kerja

Lompat jauh gaya jongkok

Indikator	Aspek yang dinilai	Skor	Nilai
1. Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap diudara, saat mendarat.	1. Awalan.	10 – 20	
	2. Tolakan	10 - 20	
	3. Sikap diudara	10 – 40	
	4. Mendarat	10 - 20	
	Jumlah Nilai		

Jumlah skor max : 100

Rubrik Penilaian Pengamatan Sikap

Lompat jauh gaya jongkok

Indikator	Perilaku yang diharapkan	Skor	Nilai
1. Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap diudara, saat mendarat.	1. Kesungguhan	0 – 30	
	2. Semangat	0 – 30	
	3. Mantaati peraturan	0 – 20	
	4. Kerjasama	0 – 20	
	Jumlah Nilai		

Jumlah skor max : 100

Rubrik Penilaian Pemahaman Konsep

Lompat jauh gaya jongkok

Indikator	Pertanyaan yang diajukan	Skor	Nilai
1. Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap diudara, saat mendarat.	1. Bagaimana teknik awalan yang benar.	0 – 25	
	2. Kaki manakah yang digunakan untuk bertumpu.	0 – 25	
	3. Bagaiamankan sikap badan diudara	0 – 25	
	4. Bagaimana sikap mendarat.	0 - 25	
	Jumlah Nilai		

Jumlah skor max : 100

JUMLAH NILAI

Lari 50 meter

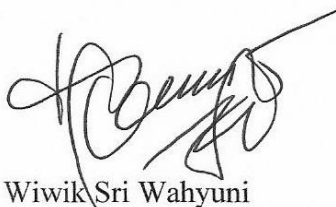
Indikator	Psikomotor	Afeksi	Kognisi	JML	Keterangan
	50 %	30 %	20%		
1. Melakukan teknik dasar awalan, tolakan, sikap diudara, saat mendarat.					

Mengetahui,

Yogyakarta, 22 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni



Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit (1x Pertemuan)

A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.2 Mempraktikkan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola kecil beregu dan perorangan, serta nilai kerja sama, kejujuran, dan menghormati lawan

C. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan teknik dasar memegang raket untuk servis dan pukulan forehand dan backhand dengan benar
- b. Siswa dapat bermain bulu tangkis dengan dengan peraturan yang dimodifikasi dengan benar
- c. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)
 - Percaya diri (*convidence*)
 - Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai keterampilan gerak bulu tangkis
2. Menjelaskan keterampilan gerak servis dan pukulan forehand
3. Menjelaskan cara melakukan keterampilan gerak servis dan pukulan backhand

4. Melakukan permainan bulu tangkis yang telah di modifikasi dengan pukulan backhand dan forehand

E. Materi Ajar

Bulu tangkis

- Pukulan servis forehand dan backhand
- Pukulan forehand dan backhand

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

- a. Berbaris
Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.
- b. Berhitung
Siswa dihitung jumlahnya.
- c. Berdoa
Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
- d. Presensi
Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.
- e. Apersepsi
Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.
- f. Pemanasan
Pemanasan yang menarik dan menyenangkan.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

- **Mengamati**

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menunjukkan teknik dasar forehand dan backhand.
- 3) Guru menyuruh salah satu siswa untuk melakukan teknik dasar forehand dan backhand

- **Menanya**

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Guru memberi pertanyaan tentang perbedaan gerakan yang dilakukan guru dan yang dilakukan murid

- 3) Peserta didik saling tanya jawab tentang tata cara melakukan gerakan forehand dan backhand yang benar

b. Elaborasi

- **Mencoba**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

1. Melakukan teknik dasar gerak memukul forehand dan bachand dengan gerak melempar bola secara berpasangan di tempat dan dilanjutkan dengan bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
2. Melakukan teknik dasar gerak memukul forehand dan bachand dengan gerak melempar bola dengan cara formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak (berkelompok)
3. Melakukan teknik dasar gerak memukul forehand dan bachand menggunakan raket secara berpasangan di tempat dan dilanjutkan dengan bergerak depan, belakang, ke kanan dan kiri
4. Melakukan teknik dasar gerak memukul forehand dan bachand menggunakan raket dengan cara formasi berbanjar dan lingkaran sambil bergerak (berkelompok)

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan, tentang penggunaan gerakan-gerakan yang digunakan dengan efektif dan efisien.
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengaplikasikan gerakan-gerakan yang sudah dia pelajari.
- 2) Siswa melakukan gerakan forehand dan backhand secara berpasangan

3. Penutup (10 menit)

a. Pendinginan

- Peregangan tubuh dengan *cooling down*

b. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses

c. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa

d. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

- e. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

H. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan nyaman
2. Shuttlecock 16 buah
3. Peluit
4. Raket 16 buah
5. Mistar pengukur/Meteran
6. Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<p>Aspek Psikomotor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memegang raket untuk servis dan pukulan forehand • Bermain bulu tangkis dengan peraturan yang dimodifikasi 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik dasar memegang raket, servis, dan pukulan forehand
<p>Aspek Kognitif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk-bentuk memegang raket, pukulan servis dan pukulan forehand, 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Bentuk gerakan tangan saat melakukan servis forehand, adalah
<p>Aspek Afektif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan 	Tes observasi	Lembar observasi	Kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan teknik dasar memegang raket forehand untuk melakukan pukulan dan servis

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Mainkan permainan bulutangkis dengan peraturan yang telah dimodifikasi. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif.

Keterangan:

Berikan tanda cek (\surd) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (\surd) mendapat nilai 1

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 30

Jumlah skor maksimal

- Kuis/*embedded test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 20

Jumlah skor maksimal

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN BULU TANGKISI

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Teknik Dasar Pegangan Raket dan Pukulan</i></p> <p>1. Posisi awal tangan memegang raket seperti berjabatan tangan dan posisi awal kaki dibuka selebar bahu (melangkah)</p> <p>2. Gerakan lengan melakukan pukulan forehand mengayun raket kearah bola dan posisi lengan menghadap arah gerakan</p> <p>3. Posisi awal tangan memegang raket seperti berjabatan tangan dan posisi awal kaki dibuka selebar bahu (melangkah)</p> <p>4. Gerakan lengan melakukan pukulan servis mengayun raket kearah bola dan posisi lengan membelakangi arah gerakan</p>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 16				

RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PERMAINAN BULU TANGKIS

Prilaku yang diharapkan	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman dalam melakukan kegiatan	
2. Mentaati peraturan yang sudah disepakati bersama	
3. Menghormati lawan (memukul bola memperkirakan posisi teman)	
4. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BULU TANGKIS


Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi awal kaki saat kamu melakukan pukulan forehand ? 2. Bagaimana posisi tangan yang benar pada saat melakukan servis forehand? 3. Bagaimana posisi tangan yang benar pada saat melakukan pukulan forehand ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 12				

Mengetahui,

Yogyakarta, 29 Agustus 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni



Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Mata Pelajaran	: Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Sekolah	: SMP Negeri 4 Ngaglik
Kelas / Semester	: VIII / 1
Alokasi Waktu	: 2 x 40 Menit (1x Pertemuan)

A. Standar Kompetensi

4. Mempraktikan rangkaian gerak teknik senam irama tanpa dan dengan alat serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya

B. Kompetensi Dasar

- 4.1. Mempraktikan rangkaian aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak yang baik serta nilai disiplin, toleransi, keluesan dan estetika
- 4.2. Mempraktikan rangkaian aktivitas ritmik berirama menggunakan alat dengan koordinasi gerak serta nilai, disiplin, toleransi, keluesan, dan estetika

C. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan melakukan gerak rangkai ayun satu lengan dan gerak langkah kaki biasa dengan koordinasi yang baik dengan benar
2. Siswa dapat melakukan melakukan gerak rangkai ayun satu lengan dan gerak langkah kaki rapat dengan koordinasi yang baik dengan benar
3. Siswa dapat melakukan melakukan gerak rangkai ayun satu lengan dan gerak langkah kaki keseimbangan dengan koordinasi yang baik dengan benar
4. Siswa dapat melakukan teknik dasar ayunan satu lengan depan, belakang dan samping, dengan benar
5. Siswa dapat melakukan teknik dasar ayunan satu lengan ke samping bersamaan memindahkan berat badan, dengan benar
 - a. Karakter siswa yang diharapkan:
 - Disiplin (*discipline*)
 - Tekun (*diligent*)
 - Tanggung Jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*Carefulness*)
 - Kerja sama (*cooperation*)
 - Toleransi (*tolerance*)

- Percaya diri (*confidence*)
- Keberanian (*bravery*)

D. Indikator

1. Mengidentifikasi berbagai gerak dalam senam irama
2. Memahami berbagai keterampilan gerak dalam senam irama
3. Melakukan berbagai gerak dalam senam irama

E. Materi Ajar

Senam irama/Aktivitas Ritmik

- Senam Kesegaran Jasmani 2012

F. Metode Pembelajaran

- Penugasan dan Komando

G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (10 menit)

a. Berbaris

Siswa di bariskan 2 saf, disiapkan baik posisi dan pakaian.

b. Berhitung

Siswa dihitung jumlahnya.

c. Berdoa

Siswa berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.

d. Presensi

Siswa di presensi kehadirannya satu per satu.

e. Apersepsi

Menjelaskan tujuan pembelajaran pada siswa mengenai apa yang akan dipelajari dan apa aspek yang akan dicapai serta siswa diberi motivasi agar semangat menjalankan kegiatan pengajaran.

f. Pemanasan

Pemanasan yang menarik dan menyenangkan.

2. Inti (60 menit)

a. Explorasi

• Mengamati

- 1) Guru menjelaskan inti materi yang akan dipelajari.
- 2) Guru menunjukkan senam irama yang akan dikerjakan oleh siswa
- 3) Guru menyuruh siswa untuk berkelompok menjadi 3 kelompok

• Menanya

- 1) Guru membuka sebuah diskusi untuk tanya-jawab tentang gerakan-gerakan yang peserta didik belum pahami.
- 2) Guru memberi pertanyaan tentang manfaat dari senam yang dilakukan

b. Elaborasi

- **Mencoba**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

1. Menunjukkan senam irama yaitu senam kesegaran jasmani 2012
2. Peserta didik secara berkelompok melakukan senam yang ditampilkan oleh guru

c. Konfirmasi

- **Menalar**

- 1) Siswa melakukan penalaran terhadap tugas gerak yang dilakukan
- 2) Guru ikut membantu siswa dengan cara membuka sesi diskusi untuk mengetahui apakah siswa memahami tentang gerakan yang akan dia lakukan.

- **Mengomunikasikan**

- 1) Siswa mengkomunikasikan hasil penalaran yang dia lakukan untuk mengetahui manfaat apa saja yang didapatkan

3. Penutup (10 menit)

a. Pendinginan

- Peregangan tubuh dengan *cooling down*

b. Memberikan umpan balik dan evaluasi terhadap proses

c. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa

d. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

e. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk tugas, pembelajaran remidi, program pengayaan, dan layanan konseling baik individu maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

H. Sumber Belajar

1. Ruang tertutup
2. Lcd dan Proyektor
3. Peluit
4. Pengeras suara/Speaker
5. Video senam kesegaran jasmani 2012
6. Buku referensi

H. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Kompetensi	Pencapaian	Penilaian		
		Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> • Memegang raket untuk servis dan pukulan forehand • Bermain bulu tangkis dengan peraturan yang dimodifikasi 		Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	Lakukan teknik dasar memegang raket, servis, dan pukulan forehand
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> • Mengetahui bentuk-bentuk memegang raket, pukulan servis dan pukulan forehand, 		Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	Bentuk gerakan tangan saat melakukan servis forehand, adalah
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan 		Tes observasi	Lembar observasi	Kerjasama, kejujuran dan menghormati lawan

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan senam irama yang telah di tampilkan oleh guru

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 5

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 100

Jumlah skor maksimal

Melakukan gerak rangkai ayun satu lengan dan gerak langkah kaki dengan koordinasi yang baik untuk menanamkan nilai disiplin, toleransi, keluesan dan estetika

Keterangan:

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapat nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/embedded test (kognisi):

Jawab secara tertulis dengan kriteria:

- Skor 4 : jika peserta didik mampu menyebutkan lebih dari 4
- Skor 3 : jika peserta didik menyebutkan 3-4 gerakan
- Skor 2 : jika peserta didik mampu menyebutkan 2 gerakan
- Skor 1 : jika peserta didik hanya mampu menyebutkan 1 gerakan

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA TEKNIK DASAR MELAKUKAN RANGKAIAN SENAM IRAMA

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak				
	1	2	3	4	5
Senam irama 1. Keseriusan dalam mengerjakan senam 2. Gerakan yang dilakukan 3. Kesesuaian dengan irama 4. Kualitas gerak					
JUMLAH					
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 25					

RUBRIK PENILAIAN**PERILAKU DALAM RANGKAIAN SENAM IRAMA**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Toleransi (menyesuaikan gerakan dengan teman satu regu)	
2. Kedisiplinan (gerakan dilakukan dengan tertib)	
3. Keluesan (saat melakukan gerakan badan tidak kaku)	
4. Estetika(gerakan yang dilakukan terkesan indah)	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 4	

RUBRIK PENILAIAN**PEMAHAMAN KONSEP DALAM RANGKAIAN**

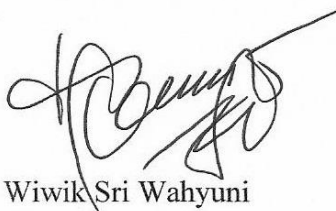
No	Butir Pertanyaan	Kriteria Penskoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Sebutkan nama-nama gerakan dari senam yang telah di tampilkan						
2.	Apa saja manfaat dar masing-masing gerakan yang ada						
3.	Jelaskan cara melakukan salah satu gerakan yang ada dalam video?						
4.	Sebutkan salah satu gerakan yang merupakan gerakan pendahuluan, inti, dan penutup.						

Mengetahui,

Yogyakarta, 5 September 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK



Wiwik Sri Wahyuni



Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 4 NGAGLIK
Wonorejo, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta Telepon (0274) 869151

UJIAN TENGAH SEMESTER

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Semester : VIII/Ganjil

Tahun Pelajaran : 2016/2017

1. Organisasi internasional sepak bola dunia dinamakan dan didirikan pada tanggal?
 - a. FIFA, 27 Agustus 1905
 - b. FIVA, 21 Juli 1904
 - c. FIBA, 2 Februari 1940
 - d. FIFA, 21 Mei 1904
2. Berapa standar ukuran lapangan sepak bola?
 - a. Lebar 100-120 m, Panjang 64-75 m
 - b. Lebar 80-90 m, Panjang 100-110 m
 - c. Lebar 64-75 m, Panjang 100-120 m
 - d. Lebar 60-74 m, Panjang 80-120 m
3. Berapa jumlah seluruh wasit yang memimpin jalannya pertandingan sepak bola?
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 4
4. Berikut yang merupakan teknik dasar dalam permainan sepak bola adalah
 - a. Menendang, menggiring, mengumpan
 - b. Menggiring, memukul, menembak
 - c. Memukul, menggiring, menembak
 - d. Mengoper, service, menembak

5. Perkenaan kaki pada bola untuk arah bola melambung dengan teknik kaki bagian dalam adalah?
- a. Bagian atas bola
 - b. Bagian tengah bola
 - c. Bagian bawah bola
 - d. Bagian samping bola
6. Posisi pergelangan kaki yang benar saat melakukan teknik dasar mengumpan atau menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah?
- a. Diputar ke luar
 - b. Diputar ke dalam
 - c. Diputar ke samping
 - d. Diputar ke bawah
7. Posisi telapak kaki yang benar saat menahan bola dengan telapak kaki adalah
- a. Menghadap arah datang bola
 - b. Menyamping arah datang bola
 - c. Membelakangi arah datang bola
 - d. Menyilang arah datang bola
8. Posisi pergelangan kaki yang benar saat mengumpan atau menendang bola dengan punggung kaki adalah
- a. Diputar ke luar
 - b. Ditekuk ke bawah
 - c. Diputar ke dalam
 - d. Ditekuk ke atas
9. Akhir gerakan kaki yang benar setelah mengumpan atau menendang bola dengan kaki bagian luar adalah
- a. Lurus depan badan
 - b. Menyilang depan badan
 - c. Memutar depan badan
 - d. Memutar belakang badan
10. Pada awalnya, induk organisasi internasional bulutangkis dinamakan dan berdiri pada tanggal?
- a. IBF, 1936
 - b. IBF, 1934
 - c. FBI, 1934
 - d. BWF, 1936
11. Panjang dan lebar lapangan bulu tangkis adalah?
- a. 13,40 m dan 6,10 m
 - b. 13,50 m dan 6,50 m
 - c. 12,40 m dan 6,10 m
 - d. 13,20 m dan 6,30 m
12. Berikut merupakan teknik dasar dalam bulutangkis, kecuali..
- a. Smash
 - b. Backhand
 - c. Blok
 - d. Netting

13. Arah bola yang benar hasil pukulan servis *forehand* panjang pada permainan bulu tangkis adalah
- a. Melambung tinggi
 - b. Datar
 - c. Rendah
 - d. menyilang
14. Jatuhnya bola hasil pukulan dropshot adalah..
- a. Melambung tinggi
 - b. Dekat dengan net
 - c. Sejajar dengan tubuh
 - d. Menukik tajam
15. Saat melakukan servis shuttlecock harus diarahkan kepada..
- a. Area servis dan lurus ke depan
 - b. Area servis dan menyilang
 - c. Jatuh di depan net
 - d. Di depan garis area servis
16. Jatuhnya bola hasil pukulan smash yang benar adalah..
- a. Dekat dengan net
 - b. Melambung tinggi
 - c. Sejajar dengan tubuh
 - d. Menukik tajam
17. Bola dipukul keatas, hasil pukulan bola melambung tinggi dan jatuh di depan garis belakang merupakan teknik dari pukulan..
- a. Dropshot
 - b. Smash
 - c. Forehand
 - d. Lob
18. Punggung tangan menghadap ke depan saat akan memukul merupakan ciri dari pukulan..
- a. Forehand
 - b. Backhand
 - c. Smash
 - d. Dropshot
19. Aba-aba start jongkok dalam lari yaitu..
- a. Siap, bersedia, ya
 - b. Siap, ya, go
 - c. Bersedia, siap, ya
 - d. Set, ready, ya
20. Posisi badan yang benar saat lari jarak pendek adalah
- a. Condong ke samping
 - b. Condong ke depan
 - c. Tegak
 - d. Melenting ke belakang
21. Gerakan kaki depan (kaki kiri) yang benar saat aba-aba “ya” pada prinsip dasar start jongkok adalah..
- a. Mendorong
 - b. Memutar
 - c. Melangkah ke depan
 - d. Melangkah ke belakang

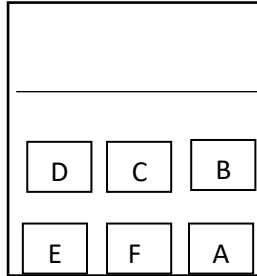
22. Posisi lutut kaki kanan dan kiri yang benar saat aba-aba “siap” pada prinsip dasar start jongkok adalah
- a. Diluruskan
 - b. Diangkat dari tanah
 - c. Ditolakkan ke belakang
 - d. Diayun ke depan
23. Berikut yang termasuk nomor lari jarak pendek, kecuali..
- a. 80 m
 - b. 100 m
 - c. 200 m
 - d. 400 m
24. Gerakan awalan/start yang digunakan pada lompat jauh adalah...
- a. Berdiri
 - b. Melayang
 - c. Jongkok
 - d. Duduk
25. Gerakan kaki yang benar saat akan menumpu pada balok tumpuan lompat jauh adalah..
- a. Lebih cepat
 - b. Melambat
 - c. Diperlambat lalu dipercepat
 - d. Menyesuaikan blok tumpuan
26. Kaki yang digunakan untuk menumpu pada lompat jauh adalah..
- a. Kaki kanan
 - b. Kaki kiri
 - c. Kaki yang terkuat
 - d. Kedua kaki
27. Jarak antara balok tumpuan dan bak pasir pada lompat jauh adalah..
- a. 0,5 meter
 - b. 1 meter
 - c. 1,5 meter
 - d. 2 meter
28. Posisi kedua tangan saat mendarat lompat jauh gaya jongkok adalah..
- a. Diangkat ke atas
 - b. Lurus di depan badan
 - c. Mengayun kebawah
 - d. Menyilang depan belakang
29. Fungsi pemanasan sebelum melakukan aktivitas senam adalah berikut, kecuali..
- a. Menyiapkan otot
 - b. Menaikkan suhu tubuh
 - c. Mengurangi cedera
 - d. Agar otot kuat dan kaku
30. Ritme lagu yang cocok untuk mengiringi gerakan pendinginan pada senam irama adalah..
- a. Sedang
 - b. Bergantian
 - c. Pelan
 - d. Cepat
31. Gerakan pinggang yang benar saat memukul bola pada permainan softball adalah..

- a. Membungkuk
 - b. Berputar
 - c. Melenting
 - d. Meliuk
32. Jumlah pos yang ada pada permainan kasti adalah..
- a. 4
 - b. 2
 - c. 3
 - d. 1
33. Gerakan ayunan tangan yang tepat saat memukul bola pada permainan kasti adalah..
- a. Dihentikan setelah mengenai bola
 - b. Melambat setelah mengenai bola
 - c. Mengayun ke samping dan dipercepat
 - d. Mengayun ke bawah
34. Posisi yang benar saat akan memulai dan mengakhiri senam adalah..
- a. Berdiri tegak
 - b. Berdiri rileks
 - c. Jongkok lalu berdiri
 - d. Berdiri istirahat
35. Teknik-teknik dasar dalam bola basket adalah..
- a. Dribble, passing, shoot
 - b. Smash, dribble, shoot
 - c. Free throw, shoot, block
 - d. Smash, block, passing
36. Posisi awal badan *passing* atau lemparan bola basket melalui atas kepala adalah..
- a. Menghadap arah lemparan
 - b. Menyamping arah lemparan
 - c. Membelakngai arah lemparan
 - d. Menyilang arah lemparan
37. Gerakan lengan *passing* atau lemparan bola bakset melalui atas kepala adalah..
- a. Mengayun bola ke arah lemparan
 - b. Memukul bola ke arah lemparan
 - c. Memutar bola ke arah lemparan
 - d. Mendorong bola ke arah lemparan
38. Pelepasan bola dari tangan saat *passing* atau lemparan bola basket melalui atas kepala adalah..
- a. Ketika tangan posisi memegang bola
 - b. Ketika sikut tangan posisi membengkok
 - c. Ketika lengan posisi lurus

- d. Ketika posisi badan tegak
39. Akhir gerakan posisi badan setelah *passing* atau lemparan bola saat melalui atas kepala adalah..
- a. Berat badan dibawa ke depan
 - b. Berat badan dibawa ke samping
 - c. Berat badan dibawa ke belakang
 - d. Berat badan dibawa ke atas
40. Posisi awal kaki saat akan melakukan tembakan (*shooting*) satu tangan bola basket adalah..
- a. Melangkah
 - b. Menyilang di depan
 - c. Rapat dan lurus
 - d. Menyilang di belakang
41. Gerakan lutut dan pinggul saat akan melakukan tembakan (*shooting*) satu tangan bola basket adalah..
- a. Naik
 - b. Turun
 - c. Berputar
 - d. Menyilang
42. Gerakan lutut dan pinggul saat melakukan tembakan (*shooting*) satu tangan bola basket adalah...
- a. Naik
 - b. Turun
 - c. Berputar
 - d. Menyilang
43. Jumlah pemain dalam permainan bola basket adalah..
- a. 4
 - b. 5
 - c. 6
 - d. 7
44. Jumlah pemain dalam permainan bola voli adalah..
- a. 5
 - b. 6
 - c. 7
 - d. 8
45. Sebutan untuk pemain yang melakukan smash dalam bola voli adalah..
- a. Spiker
 - b. Libero
 - c. Setter
 - d. Pinch Serve
46. Perkenaan telapak tangan pada bola yang benar pada saat servis bawah bola voli adalah..
- a. Bagian bawah bola
 - b. Bagian atas bola
 - c. Bagian samping bola
 - d. Bagian depan bola
47. Gerakan tangan yang benar saat melakukan *passing* atas bola voli adalah..

- a. Mendorong bola ke depan atas
- b. Mendorong bola ke depan bawah
- c. Memutar bola ke depan atas
- d. Memukul bola ke depan atas

48. Urutan nomor posisi yang benar dalam permainan bola voli dari kolom A-F di bawah ini adalah..



- a. 6-1-2-3-4-5
- b. 6-5-4-3-2-1
- c. 1-6-5-4-3-2
- d. 1-2-3-4-5-6

49. Teknik passing atas dilakkan dalam permainan bola voli apabila arah bola datang..

- a. Setinggi di atas paha
- b. Setinggi di atas lutut
- c. Setinggi di atas kepala
- d. Setinggi di atas net

50. Teknik passing atas dilakkan dalam permainan bola voli apabila arah bola datang..

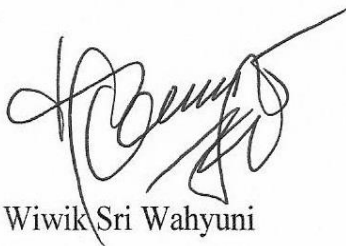
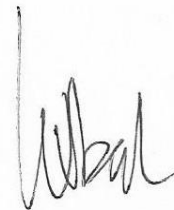
- a. Setinggi di atas kepala
- b. Setinggi di atas paha
- c. Setinggi di atas lutut
- d. Setinggi di atas net

Mengetahui,

Yogyakarta, 21 September 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL PJOK

Wiwik Sri Wahyuni

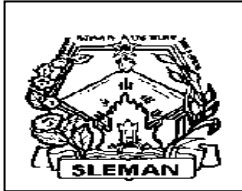
Muhammad Dien Iqbal

NIP 19651201 198803 2 011

NIM. 13601241096

Kunci Jawaban

- | | |
|-------|-------|
| 1. D | 26. C |
| 2. C | 27. B |
| 3. C | 28. B |
| 4. A | 29. D |
| 5. C | 30. C |
| 6. A | 31. B |
| 7. A | 32. C |
| 8. B | 33. C |
| 9. B | 34. A |
| 10. B | 35. A |
| 11. A | 36. A |
| 12. C | 37. A |
| 13. A | 38. C |
| 14. B | 39. A |
| 15. B | 40. C |
| 16. D | 41. B |
| 17. D | 42. A |
| 18. B | 43. B |
| 19. C | 44. B |
| 20. B | 45. A |
| 21. A | 46. A |
| 22. B | 47. A |
| 23. A | 48. D |
| 24. A | 49. C |
| 25. A | 50. C |



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 4 NGAGLIK

Wonorejo, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta Telepon (0274) 869151

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas / Semester : VII A / GASAL
Tahun Pelajaran : 2016/ 2017

NO	NAMA PESERTA DIDIK	Daftar Nilai				
		Sepak Bola	Lari	Lompat Jauh	Bulu tangkis	Senam
1	ADE NURROHMAN	86	85	88	85	76
2	ADITYA SAPUTRA	84	88	86	84	76
3	AFIFAH SALSABILLA AQILANAJWA R	79	75 (sakit)	80	82	75 (sakit)
4	ANNISA NUR HAFIZTYA ZAHRA	82	86	87	85	79
5	APRILIANTA DWI ALFATAH	80	88	77	84	90
6	ARINA ROFAHIYA	84	84	75	80	88
7	ARYA NUR FAHRIZY RAMADHAN	88	87	90	85	83
8	ATHALLAH RAFID PALAMARTA	80	86	87	83	75 (sakit)
9	CARISHA RIZQI RACHMAWATI	80	82	76	82	83
10	DEA ANANDA	77	79	78	85	78
11	DIAN SAPUTRA WIDIYANTO	84	87	79	85	78
12	DWI ASTUTI RYANDANI	77	88	80	86	80
13	FAJAR DUTA PAMUNGKAS	84	80	89	83	78
14	HAMITA PRATIWI SABHANA	81	84	76	88	86
15	HAVIZ ALWAN ERDIANTO	92	88	90	75 (sakit)	78
16	HERLIANA AMANDA DARMASANTI	75 (sakit)	83	75	82	87
17	INGGAR PRADIPTA PUSPITA SARI	77	82	76	84	80
18	MAY WAHYU LESTARI	80	80	78	83	79
19	MUHAMMAD IVANDE GIBRAN SAPUTRA	84	90	83	86	75
20	MUHAMMAD TAU'FIQ FATURROHMAN	84	80	83	88	80
21	NATASYA IRENA NURANDA	80	85	79	83	86
22	NGESTI HANDAYANI	77	86	79	88	83
23	PRADAFFA PUTRA WINAHYU	92	86	85	84	75
24	PUTRI LESTARI	79	89	77	85	83
25	RANGGA SAPUTRA	88	89	89	87	87
26	RIZKY WAHYU SAPUTRA	88	82	86	84	87
27	RYU OCTAVIAN	80	90	79	80	79
28	SALITSATUTHHOLABI	84	90	75	86	90
29	SYAH RESA BINTANG ARDANA	88	82	83	83	83
30	SYARAFINA DIYONI KALANDARA	81	90	86	85	85
31	VANESSA ARTA MEVIA	79	80	81	82	79
32	WAHYUNI ENDRI PUSPITASARI	80	87	88	87	80

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Wiwik Sri Wahyuni

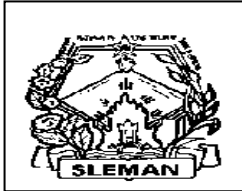
NIP 19651201 198803 2 011

Ngaglik, 15 September 2016

Mahasiswa PPL PJOK

Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 4 NGAGLIK

Wonorejo, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta Telepon (0274) 869151

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas / Semester : VIII A / GASAL
Tahun Pelajaran : 2016/ 2017

NO	NAMA PESERTA DIDIK	Daftar Nilai				
		Sepak Bola	Lari	Lompat Jauh	Bulu tangkis	Senam
1	ADELIA KUSUMANINGRUM	75 (Belum)	90	83	85	
2	ADELIA SAHARANI	80	90	82	85	
3	ADHI RESTU SETYA AJI	80	85	85	86	
4	ALVINA INDRI ISWARA	84	88	78	80	
5	AMALIA PUTRI PUSPITASARI	88	87	79	83	
6	ANDRE RIAN ANGGORO	80	85	76	85	
7	ANTO YUNI TRI WIBOWO	76	89	82	83	
8	BAGAS NUR HADIYANTO	90	90	82	83	
9	CINTYA VICKA AFRIANI	82	80	75	82	
10	DEA WIBI SAPUTRI	84	86	76	85	
11	DEVI FATMA GANDINI	75 (Belum)	83	79	85	
12	DWI NUR INTAN	83	82	81	85	
13	DWI WISNU NUGROHO	76	82	80	85	
14	FAUYUL PAMUNGKAS	84	83	81	82	
15	FEBRIAN TAHER AHMAD	76	80	82	84	
16	FITRI SASIKIRANA	80	86	76	83	
17	FRISKA LISTIASARI	77	88	77	86	
18	GALUH RIRIS MAUDININGTYAS	79	79	75	80	
19	HANA DWI PRASETYA	82	80	84	85	
20	MARCELLA SONORA	88	84	84	80	
21	MARTIYANINGSIH	82	85	76	84	
22	MA'RUF FAJAR SAPUTRO	80	88	75	83	
23	MIA APRILIAN	80	90	83	85	
24	MUHAMAD RAVENDRA AHMADI	89	84	75 (ijin)	83	
25	MUHAMMAD FAJAR ADISTYA W.	86	86	85	86	
26	NISA URROHMAH	76	88	80	83	
27	NOVI INDRIAWATI	88	83	78	83	
28	RIDYA LAKSITA	76	89	82	83	
29	RIZKA WULAN ADISTY	83	88	77	83	
30	RIZKY NUR HERNAWAN	80	88	85	85	
31	SRI REJEKI RAHMAWATI ISTIQOMAH	82	79	77	84	
32	YUKA SUTRA WARDANI	76	83	83	83	

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Wiwik Sri Wahyuni

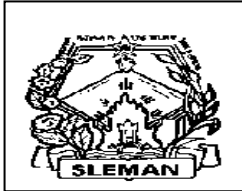
NIP 19651201 198803 2 011

Ngaglik, 15 September 2016

Mahasiswa PPL PJOK

Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SMP NEGERI 4 NGAGLIK

Wonorejo, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta Telepon (0274) 869151

DAFTAR NILAI PESERTA DIDIK

Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas / Semester : VIII C / GASAL
Tahun Pelajaran : 2016/ 2017

NO	NAMA PESERTA DIDIK	Daftar Nilai				
		Sepak Bola	Lari	Lompat Jauh	Bulu tangkis	Senam
1	ADI SATRIA KURNIAWAN	83	80	88	82	85
2	ADINDA MEITHASARI	81	83	82	82	86
3	AGUS BUDI PRASETYO	89	84	90	83	84
4	AKMAL AZIZ	84	82	90	82	82
5	ALLDEON WIEJANARKO	88	85	90	83	84
6	ANDREAS PUTRA LAGUNA	85	85	86	83	85
7	AYU NUR VITA SARI	88	90	81	82	90
8	DEVINA SEPTIANI	85	80	79	80	86
9	DINA DEWI ASTUTI	77	84	79	80	85
10	ENGGAL WAHYU HAYRUM	86	90	90	83	86
11	FADHILLATUL NUR ISLAMI	83	86	78	81	87
12	GIRIAWAN NUGROHO	82	85	89	84	88
13	MARSSETYA ANDHIKA	90	82	84	75 (Sakit)	82
14	MAYA SELFIA AMBARWATI	82	84	84	81	75 (Ijin)
15	MAYDA DINA FITRIANI	84	86	83	85	88
16	MUHAMMAD RAFIF SULTHAN	87	82	90	85	86
17	MUHAMMAD RAHUL SETYAWAN	87	78	88	83	80
18	NISDIVA NAJWA SAUSANA	87	86	90	85	84
19	PUSPA WIRANTI	82	81	90	85	80
20	PUTRIA NUR ALIFAH	81	82	87	85	82
21	RIDEAS TABAH KURNIAWAN	84	85	90	84	75
22	RIZKI FIRMAN NUGROHO	85	88	80	83	82
23	SABILA AYA PUTRI ERNINDA	79	84	85	80	90
24	SHAKARA CANTIKA PURUHITA	80	79	79	81	85
25	SHALAISHA PUTRI AINUN NISA	82	84	83	80	83
26	SITI NUR'AINI	83	80	87	80	83
27	SYAFI'INA NURI AZIZAH	80	82	85	80	82
28	TAFUZI VAORIA	84	88	84	83	85
29	YASMIN	85	85	84	84	88
30	YOSI WAHYU WARDOYO	77	79	86	85	75
31	ZELLA ANA SAVIRA	83	84	79	82	87

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Wiwik Sri Wahyuni

NIP 19651201 198803 2 011

Ngaglik, 15 September 2016

Mahasiswa PPL PJOK

Muhammad Dien Iqbal

NIM. 13601241096

LAMPIRAN 14

DOKUMENTASI PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN



Gambar 1. Kegiatan belajar mengajar di dalam ruangan



Gambar 2. Kegiatan belajar mengajar di dalam ruangan



Gambar 3. Kegiatan belajar mengajar di lapangan



Gambar 4. Kegiatan belajar mengajar di lapangan



Gambar 5. Kegiatan Jum'at Bersih



Gambar 6. Jum'at Bersih



Gambar 7. Kegiatan Syawalan



Gambar 8. Piket 3S



Gambar 9. Kegiatan PLS



Gambar 10. Kegiatan PLS