



# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

## Kurikulum Berbasis Cinta

<b>Madrasah</b>	MTs. Ahmad Yani Jabung	<b>Mata Pelajaran</b>	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PENJASKES)
<b>Kelas / Semester</b>	VII-H / Genap	<b>Tanggal PBM</b>	Selasa, 13 Januari 2026
<b>Alokasi Waktu</b>	2 JP (80 Menit)		
<b>Topik Pembelajaran</b>	Sejarah dan Jenis-Jenis Senam Lantai		
<b>Capaian Pembelajaran</b>	Peserta didik mampu menganalisis rangkaian gerakan senam lantai dengan teknik yang benar, memperhatikan faktor keselamatan, serta menunjukkan nilai-nilai karakter seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan cinta terhadap tubuh sebagai amanah Tuhan.		

### Dimensi Profil Lulusan (DPL)

<input checked="" type="checkbox"/> Beriman, bertakwa kepada Tuhan YME dan berakhlak mulia	<input checked="" type="checkbox"/> Mandiri	<input checked="" type="checkbox"/> Gotong royong	<input type="checkbox"/> Berkebinekaan global
<input checked="" type="checkbox"/> Bernalar kritis	<input checked="" type="checkbox"/> Kreatif		

### Langkah-Langkah Pembelajaran

Tahap	Aktivitas Pembelajaran	Dimensi Cinta
<b>Pendahuluan (15 menit)</b>	Guru memberi salam, memimpin doa, dan mengecek kehadiran. Guru menampilkan video singkat senam lantai dan mengajukan pertanyaan pemantik: "Mengapa tubuh perlu dilatih dengan teknik yang benar?" Apersepsi: Mengaitkan materi dengan pengalaman siswa saat pelajaran olahraga sebelumnya.	Cinta kepada Tuhan (bersyukur atas kesehatan), Cinta pada diri (menjaga keselamatan tubuh).
<b>Inti – A. Memahami (25 menit)</b>	Siswa menyimak penjelasan guru tentang sejarah senam lantai dan jenis-jenisnya (guling depan, guling belakang, sikap lilin, kayang). Diskusi singkat tentang manfaat dan risiko jika gerakan dilakukan tanpa teknik yang benar.	Cinta ilmu pengetahuan, Cinta tanggung jawab.
<b>Inti – B. Mengaplikasi (25 menit)</b>	Siswa dibagi dalam kelompok kecil. Setiap kelompok menganalisis satu jenis senam lantai dan mempraktikkan gerakan dasar secara sederhana dengan pengawasan guru. Kelompok lain memberi masukan terkait teknik dan keselamatan.	Cinta kerja sama, Cinta saling menghargai.
<b>Inti – C. Merefleksi (10 menit)</b>	Guru mengajukan pertanyaan reflektif: 1. Apa manfaat memahami sejarah senam lantai? 2. Bagaimana perasaanmu saat bekerja sama dengan kelompok? Tindak lanjut: Guru menegaskan pentingnya keselamatan dan sikap disiplin dalam olahraga.	Cinta kesadaran diri, Cinta kejujuran.
<b>Penutup (5 menit)</b>	Guru bersama siswa menyimpulkan pembelajaran. Evaluasi singkat lisan. Tugas: Siswa diminta membuat ringkasan satu halaman tentang jenis senam lantai dan nilai karakter yang dipelajari.	Cinta tanggung jawab belajar.

### Asesmen

Asesmen Awal	Asesmen Proses	Asesmen Akhir
Tanya jawab tentang pengalaman siswa terkait senam lantai.	Observasi sikap kerja sama, disiplin, dan ketepatan analisis gerakan (Baik – Cukup – Perlu Bimbingan).	Tugas tertulis ringkasan materi dan refleksi nilai karakter.

<b>Pemanfaatan Digital</b>	Video pembelajaran senam lantai (YouTube Edu), Google Form untuk refleksi singkat siswa.
<b>Pengalaman Belajar &amp; Lingkungan</b>	Pembelajaran berlangsung di lapangan/ruang olahraga dengan suasana aman, kolaboratif, dan menyenangkan.
<b>Praktik Pedagogis &amp; Kemitraan</b>	Kolaborasi antarsiswa dalam kelompok dan komunikasi dengan guru olahraga untuk menumbuhkan budaya hidup sehat di madrasah.

Mengetahui, Kepala Madrasah	Jabung, 13 Januari 2026 Guru Mata Pelajaran
<b>Muroihatul Jannah, M.Pd</b>	<b>Desi Eli Kinanti, S.Sos</b>