



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Kurikulum Berbasis Cinta

Madrasah	MTs. Ahmad Yani Jabung	Mata Pelajaran	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas / Semester	VII-G / Genap	Tahun Pelajaran	2025/2026
Topik Pembelajaran	Sejarah dan Unsur dalam Senam Irama	Alokasi Waktu	2 JP (80 Menit)
Tanggal PBM	Selasa, 03 Februari 2026		

Capaian Pembelajaran

Siswa mampu menganalisis rangkaian gerak langkah dan ayunan lengan dalam senam irama dengan memperhatikan irama, koordinasi, dan ekspresi gerak secara tepat serta menunjukkan sikap disiplin dan percaya diri.

Dimensi Profil Lulusan (DPL)

<input checked="" type="checkbox"/> Beriman dan Berakhlak Mulia	<input checked="" type="checkbox"/> Mandiri	<input type="checkbox"/> Bernalar Kritis
<input checked="" type="checkbox"/> Bergotong Royong	<input checked="" type="checkbox"/> Kreatif	<input type="checkbox"/> Berkebinekaan Global

Langkah-Langkah Pembelajaran (Berbasis Dimensi Cinta)

Pendahuluan (15 Menit)	Guru membuka pelajaran dengan salam dan doa sebagai wujud Cinta kepada Tuhan . Guru memberikan stimulus berupa musik irama sederhana dan mengajak siswa bergerak ringan. Apersepsi dilakukan dengan mengaitkan pengalaman siswa mengikuti senam bersama di sekolah, menumbuhkan Cinta terhadap Tubuh dan kesehatan.
Inti (50 Menit)	A. Memahami Siswa menyimak penjelasan guru tentang sejarah senam irama dan unsur-unsurnya (irama, kelenturan, kontinuitas gerak). Guru menanamkan Cinta Ilmu dengan mengajak siswa bertanya dan berdiskusi. B. Mengaplikasi Secara berkelompok, siswa mencoba mempraktikkan rangkaian gerak langkah dan ayunan lengan mengikuti irama musik. Siswa memecahkan masalah koordinasi gerak dan kekompakan kelompok, menumbuhkan Cinta Kerja Sama dan rasa percaya diri. C. Merefleksi Guru mengajukan pertanyaan reflektif: “Apa kesulitan yang kamu rasakan saat mengikuti irama?” dan “Bagaimana perasaanmu setelah bergerak bersama teman?” Tindak lanjut berupa komitmen berlatih dengan disiplin sebagai bentuk Cinta Diri dan Kehidupan .
Penutup (15 Menit)	Guru dan siswa menyimpulkan materi, melakukan pendinginan, serta evaluasi singkat. Tugas rumah berupa membuat catatan unsur-unsur senam irama dan manfaatnya bagi kebugaran.

Asesmen Pembelajaran

Awal	Proses	Akhir
Pertanyaan lisan tentang pengertian senam irama.	Observasi disiplin, koordinasi gerak, dan kerja sama.	Penilaian praktik gerak dan refleksi tertulis.

Pemanfaatan Digital

Video senam irama sebagai referensi, pemutar musik digital, dan Google Form untuk refleksi pembelajaran.

Pengalaman Belajar & Lingkungan Pembelajaran

Pembelajaran dilakukan di lapangan atau aula sekolah dengan suasana menyenangkan, aman, dan mendukung ekspresi gerak siswa.

Praktik Pedagogis & Kemitraan

Kolaborasi antar siswa dalam kelompok dan berbagi praktik baik dengan guru PJOK untuk membangun budaya hidup aktif dan sehat.

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Muroihatul Jannah, M.Pd

Jabung, 03 Februari 2026
Guru Mata Pelajaran

Desi Eli Kinanti, S.Sos

Cetak RPP

Cara mengunduh sebagai Word: Cetak → Simpan sebagai PDF → Buka menggunakan Microsoft Word.