



# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

## Kurikulum Berbasis Cinta

Madrasah	MTs. Ahmad Yani Jabung	Mata Pelajaran	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas / Semester	VII-H / 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)

<b>Pendahuluan</b> (15 Menit)	Guru membuka pelajaran dengan salam dan doa sebagai wujud <b>Cinta kepada Tuhan</b> . Guru memberikan stimulus berupa musik irama sederhana dan mengajak siswa bergerak ringan. Apersepsi dilakukan dengan mengaitkan pengalaman siswa mengikuti senam bersama di sekolah, menumbuhkan <b>Cinta terhadap Tubuh</b> dan kesehatan.
<b>Inti</b> (50 Menit)	<b>A. Memahami</b> Siswa menyimak penjelasan guru tentang sejarah senam irama dan unsur-unsurnya (irama, kelenturan, kontinuitas gerak). Guru menanamkan <b>Cinta Ilmu</b> dengan mengajak siswa bertanya dan berdiskusi. <b>B. Mengaplikasi</b> Secara berkelompok, siswa mencoba mempraktikkan rangkaian gerak langkah dan ayunan lengan mengikuti irama musik. Siswa memecahkan masalah koordinasi gerak dan kekompakan kelompok, menumbuhkan <b>Cinta Kerja Sama</b> dan rasa percaya diri. <b>C. Merefleksi</b> 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 <b>Cinta Diri dan Kehidupan</b> .
<b>Penutup</b> (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.*