



# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

MTs. Ahmad Yani Jabung

<b>Mata Pelajaran</b>	PENJASKES	<b>Kelas/Semester</b>	VII-F / Genap
<b>Topik</b>	Asesmen Sumatif Harian Bab Senam Irama	<b>Alokasi Waktu</b>	2 JP (80 menit)
<b>Tanggal</b>	Rabu, 25 Februari 2026	<b>Madrasah</b>	MTs. Ahmad Yani Jabung

## Capaian Pembelajaran

Peserta didik mampu menganalisis rangkaian gerakan senam irama dengan alat secara teknik yang benar, memperhatikan faktor keselamatan, serta menunjukkan nilai disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan cinta terhadap tubuh sebagai amanah dari Tuhan Yang Maha Esa.

## Dimensi Profil Lulusan

- Beriman & Bertakwa kepada Tuhan YME
- Mandiri
- Gotong Royong
- Bernalar Kritis
- Kreatif
- Berkebinekaan Global

## Langkah-Langkah Pembelajaran

### Kegiatan Awal (10 menit)

- Guru memberi salam, doa, dan mengecek kehadiran.
- Pemanasan ringan dan peregangan.
- Apersepsi: guru mengulas materi senam irama yang telah dipelajari.
- Menyampaikan tujuan asesmen dan pentingnya kejujuran serta disiplin.
- Nilai **Dimensi Cinta**: cinta kejujuran, cinta kesehatan, dan rasa syukur atas tubuh yang sehat.

### Kegiatan Inti (60 menit)

#### A. Memahami

- Guru menjelaskan prosedur asesmen sumatif harian.
- Menampilkan kembali contoh rangkaian gerakan senam irama dengan alat.
- Menjelaskan kriteria penilaian: irama, koordinasi, teknik, keselamatan.
- Menegaskan pentingnya keselamatan dan disiplin.

#### B. Mengaplikasi

- Siswa melakukan asesmen praktik secara bergiliran.
- Setiap siswa menampilkan rangkaian gerakan senam irama dengan alat (pita atau simpai).
- Siswa lain mengamati menggunakan lembar observasi sederhana.
- Guru menilai teknik, koordinasi, irama, dan keselamatan.
- Nilai cinta: percaya diri, tanggung jawab, dan saling menghargai.

#### C. Merefleksi

- Apa kesulitan yang dialami saat mengikuti irama?
- Bagaimana cara meningkatkan koordinasi gerakan?
- Mengapa disiplin dan keselamatan penting dalam senam?
- Tindak lanjut: latihan rutin mengikuti irama musik di rumah.

### Kegiatan Penutup (10 menit)

- Pendinginan dan relaksasi.
- Guru menyampaikan hasil umum dan motivasi.

- Siswa menyimpulkan manfaat pembelajaran.
- Tugas: menuliskan refleksi pengalaman mengikuti asesmen.

### Asesmen

**Asesmen Awal:** kesiapan fisik dan pemahaman konsep.

**Asesmen Proses:**

- Ketepatan mengikuti irama
- Koordinasi gerak tangan dan kaki
- Keselamatan dan disiplin
- Kepercayaan diri

**Asesmen Akhir:**

- Menampilkan rangkaian gerakan dengan teknik benar
- Menunjukkan sikap tanggung jawab dan kerja sama
- Mengisi refleksi pembelajaran melalui Google Form

### Pemanfaatan Digital

Penggunaan musik irama melalui speaker Bluetooth, video contoh gerakan dari YouTube, serta Google Form untuk refleksi dan pengumpulan hasil evaluasi siswa.

### Pengalaman Belajar & Lingkungan Pembelajaran

Pembelajaran dilaksanakan di aula atau lapangan dengan ruang gerak aman. Siswa belajar melalui praktik langsung dan evaluasi diri sehingga meningkatkan kepercayaan diri dan tanggung jawab.

### Praktik Pedagogis & Kemitraan

Guru berkolaborasi dengan siswa sebagai tim penilai sederhana untuk meningkatkan keterlibatan aktif. OSIS membantu penyediaan alat dan pengaturan tempat agar pembelajaran berjalan aman dan tertib.

Mengetahui,  
Kepala Madrasah

Guru Mata Pelajaran

**Muroihatul Jannah, M.Pd**

**Desi Eli Kinanti, S.Sos**

#### **Cara mengunduh sebagai Word:**

Klik tombol Cetak → pilih *Save as PDF* → buka file PDF → simpan sebagai Word menggunakan Microsoft Word.