

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : MTS AHMAD YANI JABUNG Kelas/ Semester : VIII/ GENAP Mata Pelajaran : Penjaskes Alokasi Waktu (JP) : 2 JP		
Identifikasi	Peserta Didik : Peserta didik merupakan siswa kelas 8 baik laki-laki maupun perempuan	
	Materi Pelajaran : Pola Makan Seimbang	
	Dimensi Profil Lulusan : Kolaborasi, Komunikasi, Kesehatan, Kreatifitas	
	Kurikulum Berbasis Cinta : Cinta Kepada Allah dan Rasul, Cinta Kepada Diri Sendiri	
Desain Pembelajaran	Capaian Pembelajaran	Peserta didik mengetahui kategori makanan sehat sesuai aktivitas kebugaran jasmani
	Lintas Disiplin Ilmu	IPA
	Tujuan Pembelajaran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mampu mengetahui kategori makanan sehat 2. Siswa memahami pola makan seimbang 3. Siswa mampu menyusun makanan dalam "isi piringku" sesuai dengan kandungan nutrisi
	Topik Pembelajaran	<u>Isi Piringku (SSK)</u>
	Praktik Pedagogis	Pembelajaran berbasis <i>Deep Learning</i> dengan penerapan PjBL (<i>Project Based Learning</i>)
	Kemitraan Pembelajaran	-
	Lingkungan Pembelajaran	Lingkungan Madrasah
	Pemanfaatan Digital	https://youtu.be/-WdsargneiA?si=RM-WI7acwAERYfeB
Pengalaman Belajar	Langkah-Langkah Pembelajaran	
	Awal (berkesan, menggembirakan)	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa bersama guru melakukan doa bersama sebelum memulai pembelajaran (KBC Cinta kepada Allah dan Rasul) 2. Memberikan motivasi dengan <i>ice breaking</i>/permainan (Joyfull/Menyenangkan) 3. Guru mengaitkan materi terhadap pengalaman siswa 4. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran 5. Guru melakukan apersepsi dengan memberikan pertanyaan pemantik "Bagaimana seseorang bisa megalami kelebihan berat badan?" (Mindfulness: Refleksi Awal) 	
	Inti (Bermakna, menggembirakan)	
	A. Fase Reflection	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi masalah 1. Siswa dibagi menjadi 5 kelompok

			<ol style="list-style-type: none"> 2. Murid menyimak video yang ditayangkan berkaitan dengan isi piringku beserta asupan kalori. 3. Murid mengidentifikasi masalah yang timbul dari video yang ditayangkan dan menuliskannya untuk menjadi bahan diskusi dalam kelompok serta mengidentifikasi masalah. (SSK)
	B. Fase Research	2. Bertukar Pikiran	<ol style="list-style-type: none"> 1. Murid bertukar pikiran dengan teman sekelompok tentang nutrisi utama dalam makanan, dan panduan gizi seimbang. 2. Murid merumuskan konsep yang sesuai dengan ketentuan pola makan seimbang dan isi piringku.
	C. Fase Discovery	3. Membuat Desain	<ol style="list-style-type: none"> 1. Murid menerapkan konsep yang telah diperoleh untuk merancang desain sajian isi piringku. 2. Setiap kelompok membuat sajian isi piringku sesuai dengan rancangan yang telah dibuat dan menuliskan kandungan nutrisi dalam makanan. 3. Guru membimbing dan memberikan bantuan kepada murid atau kelompok yang membutuhkan.
	D. Fase Application	4. Mengaplikasikan dan mengkomunikasikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Murid mempresentasikan dan menampilkan proyek yang telah mereka buat. 2. Setiap kelompok yang telah melakukan presentasi, murid lain memberikan tanggapan dan masukan. 3. Setelah semua murid melakukan presentasi, murid menyimpulkan bagaimana cara menyajikan porsi makanan dalam isi piringku yang sesuai dengan pola makan seimbang. 4. Guru menanggapi dan mengapresiasi keberanian murid dalam mempresentasikan hasil karya mereka.
	Penutup (bermakna, berkesadaran)		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menyimpulkan kegiatan bersama 2. Guru menyampaikan informasi kegiatan yang akan datang 3. Guru menutup kegiatan dengan mengajak murid bersyukur dan mengucapkan salam. 			
Assesmen Pembelajaran	Asesmen Pada Awal	Teknik: Kuesioner tertutup	
	Asesmen pada Proses	Teknik: Kuesioner tertutup	

		Antusiasme siswa, cara guru menyampaikan materi, variasi metode dan media
	Asesmen Pada Akhir	Teknik: Kuesioner tertutup dan terbuka Understanding, Comfortable, Action

Mengetahui,
Kepala Madrasah

Muroihatul Jannah, M.Pd

Jabung, 21 Mei 2026

Guru Mata Pelajaran

M. Ifan Nur Syamsudin, S.Pd