Bab 7 : Keterampilan dan Pengetahuan Gerak, Pengembangan Karakter, dan Internalisasi Nilai-Nilai Gerak Aktivitas Kebugaran Jasmani
Kelas/Semester : VIII/1

A. TUJUAN 1. Mempraktikkan aktivitas latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan serta pengukuran hasilnya, sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 2. Menganalisis aktivitas latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan keterampilan serta pengukuran hasilnya, sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 3. Memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengekspresiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain. 4. Mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, dan nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial.	**F. MEDIA SUMBER BELAJAR** 1. Buku Paket Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VIII (Muhajir & Agus Gunawan) Kurikulum dan Perbukuan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi 2. Video tentang PJOK, slide PPT dan internet

qelas.id