

## Lampiran 19

**PROGRAM PEMBELAJARAN *JIGSAW***

No	Hari	Kegiatan
1	Selasa	<p>A. Pendahuluan / Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penjelasan maksud, tujuan dan pelaksanaan tes awal</li> <li>2. Pelaksanaan tes awal : gerak <i>lay up</i> bolabasket</li> </ol> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>
2	Kamis	<p>A. Pendahuluan / Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran</li> <li>3. Peregangan statis dan dinamis</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan dribble lari panjang lapangan masing-masing siswa melakukan tiga kali pengulangan</li> <li>- Pembagian kelompok dan pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>
3	Sabtu	<p>A. Pendahuluan / Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran</li> <li>3. Peregangan statis dan dinamis</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan passing cest pass berpasangan</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>
4	Selasa	<p>A. Pendahuluan / Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran</li> <li>3. Peregangan statis dan dinamis</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan passing pantul berpasangan</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>
5	Kamis	<p>A. Pendahuluan/ pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran</li> <li>3. Peregangan statis dan dinamis</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan pssing diatas kepala berpasangan</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>
6	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 2x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pelaksanaan shooting berpasangan</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>

7	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaa dua langkah lompat pocong secara bergantian</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
8	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan pssing diatas kepala berpasangan</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
9	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan passing pantul berpasangan</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
10	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan dribble lari panjang lapangan masing- masing siswa melakukan tiga kali pengulangan</li> <li>- Pembagian kelompok dan pelaksanaan pembelajaran <i>jigsaw</i></li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
11	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan shooting pantul ke papan ring bergantian</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
12	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaa dua langkah lompat pocong secara bergantian</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
13	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 3x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaa dua langkah lompat pocong secara bergantian</li> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>

14	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dribble berpasangan satu siswa mengikuti gerak dribble siswa yg lain</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
15	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan dua langkah lompat pocong lima siswa bersama dan bergantian</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
16	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dribble berpasangan satu siswa mengikuti gerak dribble siswa yg lain</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
17	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan shooting pantul ke papan ring bergantian</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
18	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
19	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 4x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
20	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 5x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
21	Sabtu	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 5x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol>

		<p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
22	Selasa	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 5x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
23	Kamis	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Lari sebanyak 5x putaran lapangan</li> <li>3. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- siswa melakukan shooting pantul ke papan ring bergantian</li> <li>- pelaksanaan pembelajaran jigsaw</li> </ul> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen dan doa</li> </ol>
24	Sabtu	<p>A. Pendahuluan / Pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berbaris &amp; berdoa</li> <li>2. Peregangan</li> </ol> <p>B. INTI</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penjelasan maksud, tujuan dan pelaksanaan tes akhir</li> <li>2. Pelaksanaan tes akhir : gerak <i>lay up</i></li> </ol> <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pelepasan</li> <li>2. Absen &amp; doa</li> </ol>