

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

- A. Satuan Pendidikan** : SMA NEGERI 1 MALINGPING
B. Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
C. Kelas/Semester : X / 1
D. Materi pokok/Tema : Permainan bola besar/Sepak bola
E. Alokasi waktu : 3 X 45 menit (2 kali pertemuan)

F. Kompetensi Inti (KI) :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingintahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

G. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK):

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik	3.1.1. Menganalisis keterampilan gerak permainan bola besar melalui permainan sepak bola
4.1 Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik*	4.1.1. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan permainan bola besar melalui permainan sepak bola

H. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran ini peserta didik diharapkan mampu:

1. Memelihara kesehatan tubuh.
2. Menjaga kesehatan tubuh dengan menerapkan gaya hidup aktif.
3. Saat bermain menunjukkan permainan tidak curang.
4. Dalam melakukan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok, beregu, dan berpasangan memperhatikan kondisi teman, baik fisik atau psikis.
5. Mengikuti, peraturan, petunjuk atau arahan yang telah diberikan guru.
6. Menganalisis dan mempraktikkan variasi keterampilan gerak permainan bola besar melalui permainan sepak bola.
7. Menganalisis dan mempraktikkan kombinasi keterampilan gerak permainan bola besar melalui permainan sepak bola

I. Materi Pembelajaran

Permainan sepak bola:

- Keterampilan menggiring,
- Mengontrol,
- Mengenal posisi,
- Menembak bola ke gawang.

J. Metode pembelajaran

1. Inclusive (cakupan).
2. Demonstrasi.
3. Part and whole (bagian dan keseluruhan).
4. Mastery Play
5. Pendekatan Scientific

K. Media Pembelajaran

1. Media
 - a. Gambar : gerakan permainan bola besar.
 - b. Model: peragaan oleh guru atau peserta didik yang sudah memiliki kemampuan permainan sepak bola
2. Alat dan bahan,

Alat yang dapat digunakan pada sepak adalah sebagai berikut:

 - a. Ruang terbuka yang datar dan aman/lapangan sepak bola
 - b. Bola sepak bola
 - c. Cones/corong ± 10 buah.
 - d. Stopwatch

L. Sumber Belajar

1. Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMA
2. Buku Reperensi lain yang cocok dengan materi pembelajaran
3. Stadion sepak bola
4. Inter Net dll

M. Langkah-langkah pembelajaran

Kegiatan	Pembelajaran	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">• Berbaris, berdoa, presensi, dan persepsi• Menyanyikan lagu Indonesia Raya (PPK)• Memberikan motivasi dan panduan pembelajaran• <i>Melakukan pemanasan dengan bentuk yang menyenangkan misalnya dengan permainan "buah berlari"; anak membuat lingkaran besar lalu setiap peserta didik diberikan kesempatan untuk memilih nama buah jeruk, apel, anggur, semangka, dan rambutan (boleh buah yang lain asalkan lima macam), setiap buah yang di panggil berlari mengitari lingkaran sampai kembali pada tempat semula tanpa terkejar oleh teman di belakangnya. (Metode Mastery Play)</i>• (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan waktu peralihan dari mapel lain)	90 menit
INTI	<ol style="list-style-type: none">1. Meminta salah satu peserta didik yang dikategorikan mampu untuk memperagakan gerak menendang bola menggunakan kaki bagian dalam atau contoh dari guru atau melihat tayangan video dan peserta didik yang lain mengamatinya. (Saintific)2. Memotivasi peserta didik untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan; Bagaimana jalannya bola bila titik perkenaan kaki dengan bola dirobah (bawah bola, titik tengah bola, titik atas bola)?, Apakah jarak kaki tumpu dengan bola mempengaruhi jalannya bola?, Apakah jarak ayunan kaki mempengaruhi jalannya bola? Bagaimana jalannya bola bila merubah posisi tolok saat menendang? <i>(Pend. Abad 21)</i>3. Menemukan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan di atas melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerjasama dan disiplin sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai kebutuhan masing-masing peserta didik (HOTS)4. Menemukan hubungan keterampilan gerak dengan jalannya bola, jarak tempuh, dan akurasi. Integrasi	140 menit

	<p>Literasi</p> <p>5. Menerapkan berbagai keterampilan gerak menendang menggunakan kaki bagian dalam permainan sepakbola secara beregu dengan menunjukkan sikap <i>kerjasama, disiplin, dan sportivitas</i>. Penerapan PPK</p> <p>a. Menendang/mengumpan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam</p> <p>b. Menendang/mengumpan bola menggunakan kaki bagian dalam melewati tengah gawang atau atas gawang</p> <p>c. Pembelajaran variasi dan kombinasi keterampilan keterampilan dasar menghentikan bola</p> <p>Sikap keterampilan gerak permainan sepak bola seperti keterampilan mengontrol, menggiring (terlampir)</p>	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain) • Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	40Menit

N. Penilaian Hasil Pembelajaran

- ❖ Kisi-kisi (Terlampir)
- ❖ Butir Soal Pengetahuan
 1. Deskripsikanlah 2 variasi keterampilan menendang!
 2. Deskripsikanlah 2 variasi keterampilan menghentikan bola!
 3. Deskripsikanlah 2 variasi keterampilan menggiring bola!
 4. Deskripsikanlah 2 variasi keterampilan menembak ke gawang!
- ❖ Penilaian Keterampilan (terlampir)
 - a. Tes Unjuk Kerja**
Untuk mengukur ketrampilan gerak aspek psikomotor
 - b. Observasi**
Untuk mengukur ketrampilan gerak dan perilaku selama aktifitas
 - c. Porto folio**
Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta ketrampilan gerak
 - d. Tes**
Prinsip dan konsep ketrampilan gerak

Catatan :

.....

.....

.....

.....

.....

Malingping, 25 Juli 2020

Mengetahui,
Kepala SMA NEGEREI 1 Malingping

Guru PJOK

Drs. H, SAEPUDIN
NIP : 19610704 199103 1 008

ZANOV FAHLAVI
NIP .