

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SD N 1 Kebumen
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas / Semester : V (Lima) / 1
Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (1 x 10 menit)
Materi : Kombinasi pola gerak Permainan Bola Voli
Sub tema : Bola Voli

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui praktik dan pengamatan peserta didik dapat menjelaskan prosedur dan kombinasi pola gerak dasar passing bawah dengan benar
2. Melalui praktik peserta didik dapat melakukan gerak kombinasi gerak passing bawah sesuai dengan prosedur dengan benar

B. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">■ Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam■ Guru mengajak peserta didik menyanyikan lagu Indonesia raya (Nasionalis)■ Guru memotivasi peserta didik agar semangat dalam mengikuti pembelajaran yang akan dilaksanakan dan selalu menjaga protokol kesehatan.■ Peserta didik dibariskan untuk melakukan pemanasan■ Guru bertanya kepada peserta didik “Apa yang kamu ketahui tentang permainan Bola Voli ?”	2 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">■ Peserta didik melakukan pengamatan, melalui praktik passing bawah bola voli yang dilakukan guru■ Peserta didik membentuk kelompok beranggotakan 5 orang■ Peserta didik melakukan latihan passing bawah bola voli bersama dengan kelompoknya■ Peserta didik merangkum dan menganalisis hasil temuannya tentang materi passing bawah bola voli■ Peserta didik mengumpulkan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan■ Peserta didik mengerjakan latihan soal tentang materi passing bawah bola voli melalui LKPD yang disediakan	6 Menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none">■ Guru memberikan pertanyaan refleksi<ol style="list-style-type: none">a. Apa saja teknik dasar dalam permainan bola voli ?b. Apa yang ingin kalian pelajari mengenai bola voli ?■ Menutup pelajaran dengan berdo’a dan salam.	2 menit

C. PENILAIAN / ASESMEN

1. Pengetahuan : Penilaian dilakukan dengan memberikan tes soal tertulis melalui LKPD
2. Keterampilan : Penilaian praktik passing bawah bola voli

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Sukorejo, 5 Januari 2022
Guru PJOK

Diannita Ayu Kurniasih, S.Pd.SD
NIP. 19860806 200903 2 009

Tommy Adi Nugroho, S.Pd
NIP. 19870607 201101 1 011

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

PASSING BAWAH BOLA VOLI

Ringkasan

Aktivitas pembelajaran gerak dasar passing bawah (*dig pass*).

Siswa diminta untuk mengamati dan meragakan gerakan *passing* bawah permainan bola voli berikut ini.

- Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk.
- Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
- Lakukan gerakan mengayunkan kedua lengan secara bersamaan dari bawah ke atas hingga setinggi bahu.
- Saat bola tersentuh kedua lengan kedua lutut diluruskan.
- Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan.



Gambar 2.26 Aktivitas pembelajaran passing bawah permainan bola voli

Sumber : Joko Supriyanto. 2017. *PJOK Kelas 5 Kurikulum 2013*. Solo: PT. Tiga Serangkai Putra Mandiri

PENILAIAN PENGETAHUAN

Soal

1. Sebutkan keterampilan gerak teknik dasar permainan bola voli.
2. Apakah yang dimaksud dengan passing dalam permainan bola voli ?
3. Jelaskan cara melakukan gerakan passing bawah dalam permainan bola voli.
4. Mengapa dalam melakukan passing bawah perkenaan bola sebaiknya antara pergelangan tangan sampai siku ?
5. Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli.

Kunci Jawaban

1. Teknik servis, passing , smash , block.
2. Passing adalah mengoperkan bola kepada teman seregunya dengan gerakan tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.
3. Cara melakukan gerakan passing atas dalam permainan bola voli :
 - a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk.
 - b. Rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar.
 - c. Lakukan gerakan mengayunkan kedua lengan secara bersamaan dari bawah ke atas hingga setinggi bahu.
 - d. Saat bola tersentuh kedua lengan kedua lutut diluruskan.
 - e. Perkenaan bola yang baik tepat pada pergelangan tangan
4. Agar jalannya bola lebih terarah dan terkontrol.
5. Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan teknik dasar pass bawah dalam permainan bola voli:
 - a. Ketika menerima bola lengan terlalu tinggi, kemudian lanjutan lengan berada di atas bahu
 - b. Tubuh terlalu rendah/membungkuk karena pinggang ditekuk sehingga operan terlalu rendah dan kencang
 - c. Seharusnya yang ditekuk adalah lutut
 - d. Lengan terpisah sesaat, sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola
 - e. Bola mendarat di lengan daerah siku.

PENILAIAN SIKAP

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 1 KEBUMEN
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas /Semester : V/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2021/2022

No.	Nama peserta didik	Aktifitas															
		Kerja sama				Keaktifan				Partisipasi				Inisiatif			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1																	
2																	
3																	
4																	

Rubrik penilaian:

1. Apabila peserta didik belum memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator.
2. Apabila sudah memperlihatkan perilaku tetapi belum konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
3. Apabila sudah memperlihatkan perilaku dan sudah konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
4. Apabila sudah memperlihatkan perilaku kebiasaan yang dinyatakan dalam indikator.

Catatan :

Penguasaan nilai disesuaikan dengan karakter yang diinginkan.

Rentang Skor = Skor Maksimal – Skor Minimal

$$= 16 - 4$$

$$= 12$$

AMAT BAIK (A)	14 - 16
BAIK (B)	11- 13
CUKUP (C)	8 - 10
KURANG (D)	4-7

PENILAIAN KETERAMPILAN

Satuan Pendidikan : SD NEGERI 1 KEBUMEN
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas /Semester : V/Ganjil
Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Nama peserta didik	Rubrik Penilaian				Jumlah Skor
		Gerakan Awal	Gerakan Perkenaan Bola	Gerakan Akhir	Jumlah Passing Bawah	
		1	2	3	4	
1						
2						
3						
4						

KETERANGAN :

1. Skor 0 - 25
2. Skor 0 - 25
3. Skor 0 - 25
4. Jika melakukan passing bawah < 5 Skor = 10, jika melakukan passing bawah ≥ 5 Skor = 25
5. Jumlah Skor 1+2+3+4 = 25+25+25+25 = 100

NILAI = JUMLAH SKOR
= 100