

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMA Negeri 1 Dringu
Kelas / Semester : X / Ganjil
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pembelajaran : Teknik Dasar Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. Kompetensi Dasar

3.3. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.	4.5. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
---	---

B. Tujuan Pembelajaran

1. Membiasakan berdoa sebelum melakukan aktivitas
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menerapkan prinsip keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan
4. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
5. Menjelaskan teknik dasar passing bawah dan passing atas permainan bola voli.
6. Menjelaskan konsep gerak passing bawah dan passing atas permainan bola voli
7. Melakukan gerak dasar passing bawah dan passing atas permainan bola voli.
8. Melakukan gerak dasar passing bawah dan passing atas melalui permainan.

C. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan guru memberi salam dan berdoa 2. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai	2 menit
Kegiatan inti	1. Peserta didik mengamati tentang dasar permainan bola voli yang diperagakan oleh guru atau salah satu peserta didik yang mampu dan membuat catatan hasil pengamatan 2. Peserta didik saling bertanya tentang bagaimana bentuk/jenis latihan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) 3. Melakukan passing bawah secara berpasangan dan berkelompok 4. Menemukan dan menetapkan pola yang sesuai untuk kebutuhan individual peserta didik dalam variasi dan kombinasi gerak dasar permainan bola voli (passing bawah dan passing atas) dengan menunjukkan perilaku kerjasama, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, disiplin, dan toleransi selama bermain. 5. Peserta didik melakukan permainan bola voli dengan gerak dasar passing bawah dan passing atas 6. Guru mengamati setiap gerakan passing bawah dan passing atas dalam permainan bola voli yang dilakukan oleh peserta didik	6 menit
Kegiatan Penutup	1. Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. 2. Berdoa dan salam	2 menit

D. PENILAIAN

1. Penilaian Afektif (pengamatan dan sikap)
2. Penilaian Kognitif (Tes tulis dan lisan)
3. Penilaian Keterampilan (Unjuk kerja; Presentasi; Laporan penugasan)

Mengetahui,
Kepala SMA Negeri 1 Dringu

Proboinggo, 15 Juli 2020
Guru PJOK

Atim Sucianah, M.Pd.
NIP. 19660621 199001 2 002

Edi Sanjaya, S.Pd.
NIP. -