

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**( Simulasi Pembelajaran Calon Guru Penggerak Tahap 2 )**

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 18 Kota Bengkulu  
 Kelas / Semester : VII/2  
 Materi Pembelajaran : Permainan Bola Kecil  
 Tema : Permainan Bola Kasti  
 Sub Tema : Melempar dan menangkap bola kasti  
 Pembelajaran ke : 1  
 Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan

<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b> Peserta didik mampu menjelaskan, menganalisa dan mendemonstrasikan gerak spesifik dalam pembelajaran melempar dan menangkap bola kasti dengan baik dan benar	<b>KD 3</b>	<b>KD 4</b>
	3.1 Memahami variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	4.1 Mempraktikan variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional
	<b>IPK 3</b>	<b>IPK 4</b>
	3.1.1 Menjelaskan definisi melempar dan menangkap bola kasti 3.1.2 Menganalisis tahapan gerak spesifik melempar dan menangkap	4.1.1 Mendemonstrasikan gerak spesifik melempar dan menangkap bola kasti
<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>		
<b>Materi Pembelajaran</b>	<b>Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran</b>	
<b>Model Pembelajaran :</b> Luring / Tatap Muka  <b>Metode :</b> Problem-Based Learning  <b>Media dan Alat Pembelajaran :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- LKPD</li> <li>- Bola kasti / bola yang menyerupai bola kasti</li> <li>- Pluit</li> <li>- Stpowatch</li> </ul> <b>Sumber belajar :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Buku pegangan guru : Muhajir 2016. Buku guru mata pelajaran PJOK kelas VII . Jakarta : Kemdikbud.</li> <li>- Buku siswa : Muhajir 2016. Buku siswa mata pelajaran PJOK kelas VII. Jakarta : Kemdikbud.</li> </ul>	1. Kegiatan Pendahuluan <ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuka kegiatan pembelajaran dengan salam dan berdo'a</li> <li>- Mengabsen siswa</li> <li>- Mengulas kembali materi pembelajaran sebelumnya secara singkat</li> <li>- Menyampaikan materi yang akan diajarkan kemudian memberikan pertanyaan untuk memberikan stimulus kepada siswa untuk berfikir disampaikan</li> <li>- Menyampaikan tujuan dari pembelajaran yang akan diajarkan</li> <li>- Membagikan LKPD ( Lembar Kerja Peserta Didik ) kepada siswa</li> </ul> 2. Kegiatan Inti <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peserta didik mengamati dan menganalisis LKPD yang sudah diberikan ( mengamati )</li> <li>- Peserta didik diberikan kesempatan untuk bertanya berdasarkan hasil pengamatan ( menanya )</li> <li>- Peserta didik mencoba untuk mempraktekkan gerak spesifik melempar dan menangkap bola kasti ( mencoba )</li> <li>- Peserta didik menganalisis hasil yang sudah dipraktekkan baik secara individu, berpasangan ataupun berkelompok ( mengasosiasikan )</li> </ul>	

<p>Materi : Gerak Spesifik menangkap dan melempar bola kasti</p> <p>Penguatan Karakter :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berani</li> <li>- Percaya diri</li> <li>- Kerjasama</li> <li>- Pantang menyerah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluasi Pembelajaran Peserta didik diberi kesempatan untuk memperaktekkan hasil latihan melempar dan menangkap bola kasti kemudian ditanggapi oleh peserta didik yang lain atau guru ( mengkomunikasikan ) Guru merefleksikan kegiatan pembelajaran yang sudah tercapai ataupun yang belum tercapai, memberikan penguatan serta memberikan penghargaan kepada peserta didik</li> </ul> <p>3. Kegiatan Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru memberikan kesimpulan dari hasil pembelajaran yang sudah dilakukan, mengingatkan kembali untuk mencoba mengulang kembali di rumah tentang pembelajaran yang sudah dilakukan</li> <li>- Menutup kegiatan pembelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam</li> </ul>	
<b>PENILAIAN PEMBELAJARAN</b>		
<p>Asesment :</p> <p>a. Sikap : Jurnal/Observasi</p> <p>b. Pengetahuan : Tes tertulis / penugasan</p> <p>c. Keterampilan : Tes Praktek</p>		
<p>Bentuk tagihan tugas penilaian materi permainan bola kecil, menangkap dan melempar bola kasti</p>	<p>Pengetahuan</p> <p>Buatlah kesimpulan hasil dari pembelajaran menangkap dan melempar bola kasti</p>	<p>Keterampilan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gerakan awalan</li> <li>2. Gerakan pelaksanaan</li> <li>3. Gerakan akhir</li> </ol>

Mengetahui  
Wakil Kepala Sekolah Ur.Kurikulum

Bengkulu, 03 Januari 2022  
Guru PJOK

KARTIKAWATI, S.Pd

JIMMY ARDIANSYA, S.Pd

## LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK ( LKPD )

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 18 Kota Bengkulu  
Kelas / Semester : VII/2  
Materi Pembelajaran : Permainan Bola Kecil  
Tema : Permainan Bola Kasti  
Sub Tema : Melempar dan menangkap bola kasti  
Pembelajaran ke : 1  
Alokasi Waktu : 1 x pertemuan

IKUTI LANGKAH-LANGKAH / PETUNJUK PENGGUNAAN LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK ( LKPD ) :

1. Amati dan analisa gambar gerakan melempar dan menangkap Bola dibawah ini :
  - Melempar bola lurus ke depan

Gambar 1. Melempar bola lurus ke depan



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

- Melempar bola melambung

Gambar 2. Melempar bola melambung



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

- Melempar bola rendah

Gambar 3. Melempar bola rendah



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

- Melempar bola mengelundung

Gambar 4. Melempar bola mengelundung



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

- Teknik Menangkap bola sendiri

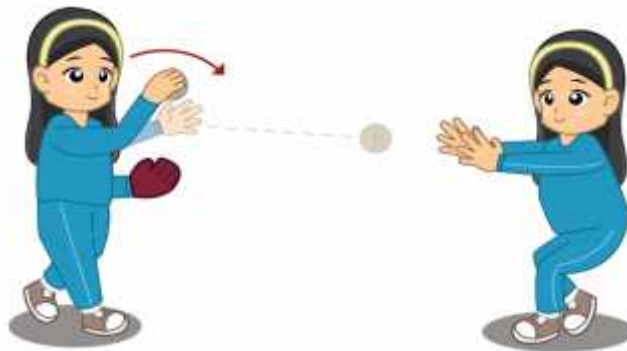
Gambar 5. Menangkap bola dengan cara melempar bola ke atas



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

- Teknik menangkap bola berpasangan

Gambar 6. Menangkap bola dengan cara melempar bola berpasangan dengan teman



Sumber gambar : unduhan BSE.Mahoni.com Buku PJOK kls VII edisi Revisi

2. Setelah mengamati dan menganalisa gambar di atas silahkan menanyakan atau menjelaskan kepada Guru tentang hasil pengamatan yang dilakukan.

Catatan :

Untuk mengukur kemampuan kognitif ( pengetahuan ) peserta didik guru memberikan pertanyaan kepada siswa :

- Buatlah kesimpulan bagaimana tehnik melempar dan menangkap bola kasti yang benar ?
3. Silahkan mencoba melakukan gerakan lempar tangkap bola kasti berdasarkan gambar diatas baik secara individu ( sendiri ) ataupun berpasangan dengan temannya
  4. Silahkan dianalisis gerakan lempar tangkap bola kasti yang sudah dilakukan
  5. Evaluasi untuk mengukur kemampuan Psikomotor ( Keterampilan ) peserta didik, siswa dipersilahkan untuk mempraktekkan melempar dan menangkap bola kasti baik secara individu maupun berpasangan, kemudian peserta didik yang lain diberi kesempatan untuk menanggapi.

Catt : Pada saat peserta didik mempraktekkan guru melakukan penilaian terhadap sikap awal, pelaksanaan dan akhir melempar atau menangkap bola kasti. Serta selama proses belajar dilakukan Sikap peserta didik observasi untuk dinilai berdasarkan pengamatan.