

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: -
Mata Pelajaran	: PJOK
Kelas/Semester	: VII / 1
Materi Pokok	: Permainan Sepak Bola
Alokasi Waktu	: 2 Kali Pertemuan (6 JP)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi secara efektif sesuai dengan perkembangan anak di lingkungan, keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan alam sekitar, bangsa, negara, dan kawasan regional.
3. Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan meta kognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif, dalam ranah konkret dan ranah abstrak sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang teori.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	3.1.1.Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola. 3.1.2.Menjelaskan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola. 3.1.3.Menjelaskan cara melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola.
4.1 Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	4.1.1 Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola. 4.1.2 Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam bentuk permainan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasikan dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.

C. Tujuan Pembelajaran

Pertemuan Pertama

Setelah mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran peserta didik dapat:

1. Menunjukkan sikap religius sebelum dan setelah melakukan aktivitas permainan sepak bola dengan berdoa, tawakal dan berperilaku baik.
2. Menunjukkan sikap kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin selama mengikuti pembelajaran.
3. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.
4. Menjelaskan gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.

5. Menjelaskan cara melakukan gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.
6. Melakukan gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola dengan proses pembelajaran yang dipandu dengan buku teks pelajaran secara berpasangan dan berkelompok.
7. Menggunakan berbagai gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola dalam bentuk permainan yang sederhana dan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.

Pertemuan Kedua

Setelah mengikuti serangkaian kegiatan pembelajaran peserta didik dapat:

1. Menunjukkan sikap religius sebelum dan setelah melakukan aktivitas permainan sepak bola dengan berdoa, tawakal dan berperilaku baik.
2. Menunjukkan sikap kerja sama, sportifitas, tanggung jawab, dan disiplin selama mengikuti pembelajaran.
3. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.
4. Menjelaskan gerak spesifik menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.
5. Menjelaskan cara melakukan gerak spesifik menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan mempelajari buku teks pelajaran dan diskusi.
6. Melakukan gerak spesifik menggiring bola dalam permainan sepak bola dengan proses pembelajaran yang dipandu dengan buku teks pelajaran dan diskusi secara berpasangan dan berkelompok.
7. Menggunakan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola, dalam bentuk permainan yang sederhana dan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.

Fokus penguatan karakter:

- Disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama

D. Materi Pembelajaran

1. Materi Pembelajaran Reguler

Pertemuan Pertama

- a. Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan di tempat.
- b. Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan sambil bergerak.
- c. Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berkelompok (bermain 2 lawan 1).
- d. Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berkelompok (bermain 3 lawan 1).
- e. Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berkelompok (bermain 3 lawan 4).
- f. Bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berkelompok.

Pertemuan Kedua

- a. Gerak spesifik menggiring bola berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter.
- b. Gerak spesifik menggiring bola dengan berlari berantai memutar bendera/corong dalam bentuk kelompok.
- c. Gerak spesifik menggiring bola mengikuti gerakan teman yang berada di depan.
- d. Gerak spesifik menggiring bola melewati bendera/corong yang dipasang *zig-zag*.
- e. Bermain sepak bola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi menggunakan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola secara berkelompok.

- **Materi lebih lengkap dapat dilihat pada :**

- Muhajir, Buku Siswa PJOK, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 1 - 23; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2016.

- Muhajir, Buku Guru PJOK, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 13 - 96; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2016.
- Muhajir, Buku PJOK Kurikulum 2013 SMP/M.Ts Kelas VII, hal 1 - 15; Jakarta: PT. Yudhistira, 2016.

2. Materi Pembelajaran Remedial

- a. Gerak spesifik menendang dan menahan dalam permainan sepak bola
- b. Gerak spesifik menggiring dalam permainan sepak bola
- c. Gerak spesifik menembak bola ke gawang dalam permainan sepak bola
- d. Gerak spesifik menyundul bola dalam permainan sepak bola
- e. Gerak spesifik lemparan ke dalam dalam permainan sepak bola

3. Materi Pembelajaran Pengayaan

Bermain sepak bola dengan menggunakan satu lapangan penuh dengan jumlah pemain 11 lawan 11, waktu bermain 2 X 20 menit, dan peraturan permainan menggunakan peraturan resmi/standar.

E. Metode Pembelajaran

- Saintifik, *cooperative learning*, dan metode keseluruhan dan bagian per bagian

F. Media dan Alat Pembelajaran

1. Media Pembelajaran :

- a. Model peserta didik atau guru yang memperagakan gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.
- b. Gambar gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.
- c. Video pembelajaran gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.

2. Alat Pembelajaran :

- a. Bola sepak atau bola sejenisnya (bola terbuat dari plastik, karet, dll).
- b. Lapangan permainan sepak bola atau lapangan sejenisnya (lapangan bola basket atau halaman sekolah).
- c. Rintangan (corong) atau sejenisnya (kursi atau bilah bambu).
- d. Peluit dan *stopwatch*.

G. Sumber Pembelajaran

1. Muhajir, Buku Siswa PJOK, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 1 - 23; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2016.
2. Muhajir, Buku Guru PJOK, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 13 - 96; Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2016.
3. Muhajir, Buku PJOK Kurikulum 2013 SMP/M.Ts Kelas VII, hal 1 - 15; Jakarta: PT. Yudhistira, 2016.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

1. Pertemuan Pertama (3 JP)

a. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)

- 1) Guru menyiapkan peserta didik di dalam kelas dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
- 2) Guru memerintahkan salah seorang peserta didik untuk memimpin doa.
- 3) Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.
- 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
- 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.

- 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai oleh peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepak bola: misalnya bahwa bermain sepak bola adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga sepak bola.
- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: gerak spesifik menendang dan menahan bola.
- 8) Guru menjelaskan tehnik penilaian untuk kompetensi sepak bola, baik kompetensi sikap sosial dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: perilaku disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama, kompetensi pengetahuan: pemahaman fakta, konsep, dan prosedur gerak spesifik menendang dan menahan bola menggunakan tes lisan dan tulisan, dan kompetensi yang terkait keterampilan yaitu: keterampilan gerak menendang dan menahan bola, serta bermain sepak bola dalam bentuk yang sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.
- 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk *game*. Nama permainannya adalah permainan kucing-tikus:
 - (a) Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (peserta didik putra dan putri dibagi sama banyak). Kalau jumlah peserta didik 36 orang, maka satu kelompok terdiri dari 9 peserta didik.
 - (b) Cara bermain: (1) Masing-masing kelompok peserta didik membentuk lingkaran, (2) Salah seorang peserta didik bertugas sebagai tikus dan peserta didik yang lain sebagai kucing, (3) Bola dioperkan dan ditangkap oleh peserta didik yang menjadi kucing, (4) Kemudian peserta didik yang menjadi tikus berusaha merebut/meraih bola tersebut. Apabila bola tersebut dapat direbut/diraih oleh peserta didik yang sebagai tikus, maka tugasnya berganti sebagai kucing, dan begitu juga sebaliknya.
 - (c) Berdasarkan pengamatan guru pada *game*, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 8 orang). Maka jika terdapat 36 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 9 orang.

b. Kegiatan Inti (90 Menit)

1) Mengamati

Peserta didik mengamati peragaan guru/teman tentang berbagai gerak spesifik permainan sepak bola dan membuat catatan gerak spesifik menendang dan menahan bola dengan berbagai posisi tanpa awalan dan dengan sambil bergerak berdasarkan hasil analisis.

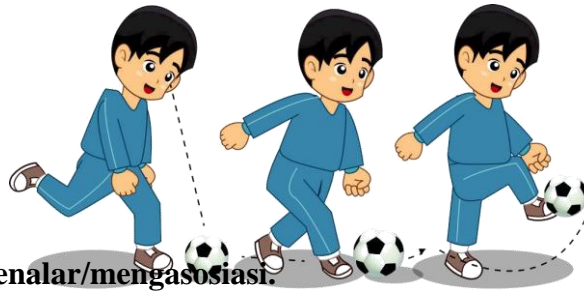
2) Menanya

- a) Mempertanyakan hasil pengamatan tentang gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola, misalnya:
 - (1) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan jalannya bola bila titik perkenaan kaki dengan bola dirobah (bawah bola, titik tengah bola, titik atas bola).
 - (2) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan jarak kaki tumpu dengan bola mempengaruhi jalannya bola.
 - (3) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan jarak ayunan kaki mempengaruhi jalannya bola.
 - (4) Peserta didik saling mengajukan pertanyaan berkaitan dengan jalannya bola bila merubah posisi tolok saat menendang
 - (5) Mempertanyakan tentang otot-otot yang dominan dipergunakan dalam menendang dan menahan bola permainan sepak bola.

3) Mengumpulkan informasi/mencoba.

Peserta didik secara berkelompok mencoba dari :

- 1: Hasil pengamatan gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan di tempat.
- 2: Hasil pengamatan gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan sambil bergerak.



4) **Menalar/mengasosiasi.**

Peserta didik secara berkelompok berdiskusi dan membuat kesimpulan tentang cara melakukan :

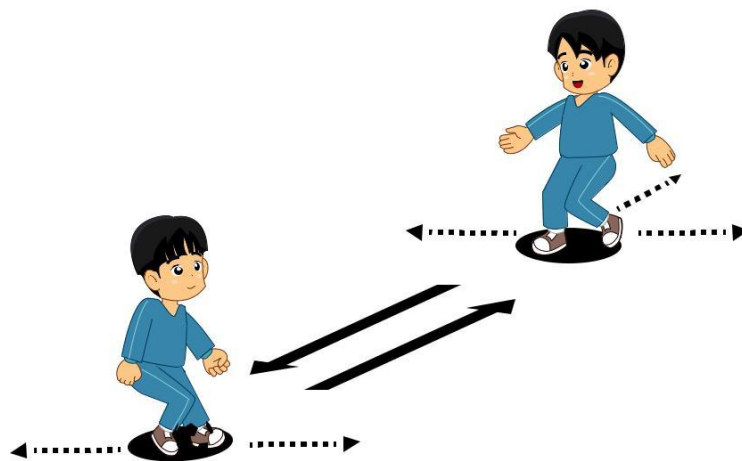
- 1: Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan di tempat.
- 2: Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan sambil bergerak.



5) **Mengomunikasikan.**

Peserta didik secara berkelompok menampilkan hasil karya regunya dihadapan guru dan teman sekelasnya tentang :

- 1: Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan di tempat.
- 2: Gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan sambil bergerak.



Setelah kegiatan ini dilanjutkan dengan pengamatan pada peragaan atau simulasi oleh guru atau teman/model. Kelompok peserta didik membuat catatan berbagai gerak spesifik menendang dan menahan bola yang dilakukan model, terkait hasil pengamatan gerak spesifik menendang dan menahan bola yang berhasil dan yang gagal dilakukan. Diharapkan peserta didik dalam kelompok dapat membuat kesimpulan mengenai fakta, konsep, dan prosedur gerak spesifik menendang dan

menahan bola (di tempat, sambil bergerak). Komunikasikan dengan guru dan peserta didik lain agar mendapatkan kesimpulan yang lebih baik.

- a) Aktivitas gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan di tempat

Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Arah Bola

- b) Aktivitas gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berpasangan sambil bergerak

Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Arah Bola

- c) Aktivitas gerak spesifik menendang dan menahan bola secara berkelompok

Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Arah Bola

c. Kegiatan Penutup (15 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok atau peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran permainan sepak bola.
- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang gerak spesifik menendang dan menahan bola dalam permainan sepak bola, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan. Selanjutnya guru memberi tugas kepada peserta didik untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran pada pertemuan minggu yang akan datang, yaitu: gerak spesifik menggiring bola, menyundul bola, dan lemparan ke dalam permainan sepak bola.
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 6) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, dan bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

2. Pertemuan Kedua (3 JP)

a. Kegiatan Pendahuluan (15 Menit)

- 1) Guru menyiapkan peserta didik di dalam kelas dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
- 2) Guru memerintahkan salah seorang peserta didik untuk memimpin doa.
- 3) Guru harus memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat.
- 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
- 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
- 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai oleh peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan bermain sepak

bola: misalnya bahwa bermain sepak bola adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga sepak bola.

- 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: gerak spesifik menggiring bola dalam permainan sepak bola.
- 8) Guru menjelaskan tehnik penilaian untuk kompetensi sepak bola, baik kompetensi sikap sosial dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: perilaku disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama, kompetensi pengetahuan: pemahaman mengenai fakta, konsep, dan prosedur gerak spesifik menggiring bola menggunakan tes lisan dan tulisan, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu: gerak spesifik menggiring bola, serta bermain sepak bola dalam bentuk yang sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi.
- 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan. Pemanasan dalam bentuk *game*. Nama permainannya adalah permainan berjalan berkelok-kelok mengikuti rintangan/corong).
 - (a) Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok besar (peserta didik putra dan putri dibagi sama banyak). Kalau jumlah peserta didik 36 orang, maka satu kelompok terdiri dari 9 peserta didik.
 - (b) Cara bermain: (1) Masing-masing kelompok peserta didik membentuk 4 berbanjar, (2) Setelah ada aba-aba "Ya", peserta didik yang berada paling depan di setiap kelompok melakukan jalan berkelok-kelok melewati 10 rintangan, (3) Setelah peserta didik yang pertama selesai melaksanakan tugasnya, maka dilanjutkan dengan peserta didik berikutnya, dan seterusnya, (4) Apabila kelompok yang paling terakhir menyelesaikan melewati rintangan, maka dinyatakan sebagai kelompok yang kalah dan diberi hukuman berjoget atau bernyanyi.
 - (c) Berdasarkan pengamatan guru pada *game*, dipilih sejumlah peserta didik yang dianggap cukup mampu untuk menjadi tutor bagi temannya dalam aktivitas berikutnya. Mereka akan mendapat anggota kelompok dari peserta didik yang tersisa dengan cara berhitung sampai angka sejumlah peserta didik yang terpilih (misalnya 8 orang). Maka jika terdapat 36 peserta didik, setiap kelompok akan memiliki anggota 9 orang.

b. Kegiatan Inti (90 Menit)

1) Menanya

- a) Mempertanyakan hasil pengamatan tentang gerak spesifik menggiring bola permainan sepak bola, misalnya:
 - (1) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila digiring di tempat, yang dimediasi oleh guru?
 - (2) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila digiring sambil berjalan, yang dimediasi oleh guru?
 - (3) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila digiring sambil berlari, yang dimediasi oleh guru?
 - (4) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila digiring maju-mundur, yang dimediasi oleh guru?
 - (5) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila di giring *zig-zag*, yang dimediasi oleh guru?
 - (6) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana jalannya bola bila digiring melewati rintangan, yang dimediasi oleh guru?
 - (7) Peserta didik saling mempertanyakan “bagaimana posisi kaki, badan, tangan, dan pandangan mata saat menggiring bola di tempat, sambil berjalan, sambil berlari, maju-mundur, *zig-zag*, dan melewati rintangan, yang dimediasi oleh guru?
- b) Mempertanyakan tentang otot-otot yang dominan yang dipergunakan dalam menggiring bola permainan sepak bola.

2) Mengumpulkan informasi/mencoba

Peserta didik secara berkelompok mengumpulkan informasi atau data dari hasil pengamatan gerak spesifik menggiring bola :

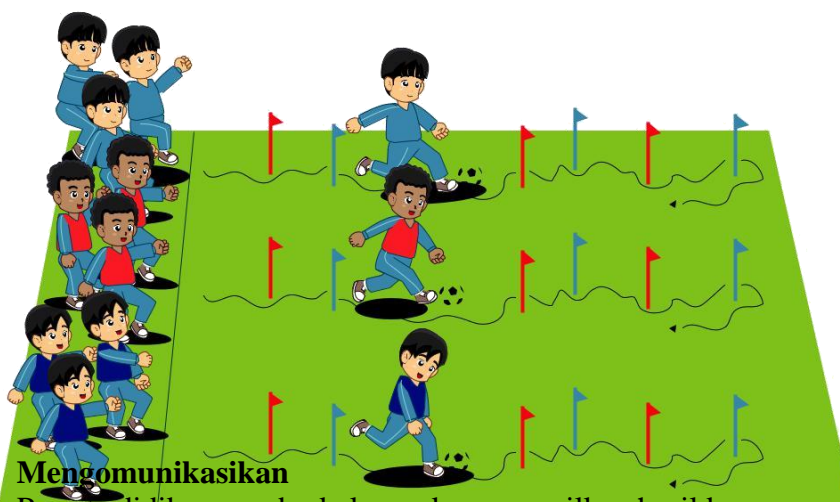
- 1: Berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter
- 2: melewati bendera/ corong yang dipasang *zig-zag*



3) **Menalar/mengasosiasi**

Peserta didik secara berkelompok menalar/mengasosiasi akan kebenaran gerak spesifik menggiring bola :

- 1: Berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter
- 2: melewati bendera/ corong yang dipasang *zig-zag*



4) **Mengomunikasikan**

Peserta didik secara berkelompok menampilkan hasil karya regunya dihadapan guru dan teman sekelasnya tentang :

- 1: Menggiring bola berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter
- 2: Menggiring melewati bendera/ corong yang dipasang *zig-zag*

Setelah kegiatan ini dilanjutkan dengan pengamatan pada peragaan atau simulasi oleh guru atau teman/model. Kelompok peserta didik membuat catatan berbagai gerak spesifik menggiring bola yang dilakukan model, terkait hasil pengamatan gerak spesifik menggiring bola yang berhasil dan yang gagal dilakukan. Diharapkan peserta didik dalam kelompok dapat membuat kesimpulan mengenai fakta, konsep, prinsip, dan prosedur gerak spesifik menggiring bola berpasangan dan saling berhadapan dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter dan menggiring bola melewati bendera/corong yang dipasang *zig-zag*. Komunikasikan dengan guru dan peserta didik lain agar mendapatkan kesimpulan yang lebih baik.

- a) Aktivitas gerak spesifik menggiring bola dengan arah lurus dengan jarak kurang lebih 5 – 7 meter

Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Arah Bola
------------	-------------------	-------------	-----------

--	--	--	--

- b) Aktivitas gerak spesifik menggiring bola dengan berlari melewati rintangan dalam bentuk kelompok

Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir	Arah Bola

Selanjutnya peserta didik bermain sepak bola dengan jumlah pemain, waktu permainan, dan peraturan permainan yang dimodifikasi dengan menggunakan gerak spesifik permainan sepak bola yang telah dipelajari (menendang, menahan dan menggiring bola). Peserta didik bermain dengan menggunakan gawang, kelompok A melawan kelompok D, kelompok B melawan kelompok C, dan seterusnya. Lamanya waktu bermain misalnya: 15 menit. Kelompok yang tidak bermain, dijadikan sebagai pengamat.



c. Kegiatan Penutup (15 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik di bawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat melakukan aktivitas pembelajaran.
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok atau peserta didik yang paling baik penampilannya selama melakukan permainan sepak bola.
- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang gerak spesifik menendang, menahan, menggiring bola, menyundul bola, dan lemparan ke dalam permainan sepak bola, hasilnya dijadikan sebagai tugas penilaian penugasan. Selanjutnya guru memberi tugas kepada peserta didik untuk membaca dan mempelajari materi pembelajaran pada pertemuan minggu yang akan datang yaitu: gerak spesifik menembak bola ke gawang (*shooting*).
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam.
- 6) Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, bagi peserta didik yang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

I. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian Kompetensi Sikap Spiritual dan Sikap Sosial: (*Lampiran 1*)
 - a. Teknik Penilaian
 - Teknik observasi

- b. Instrumen Penilaian
Jurnal
- c. Contoh jurnal penilaian sikap spiritual dan sikap sosial
Butir nilai sikap spiritual : 1. Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran
2. Berusaha maksimal dan tawakal
Butir nilai sikap sosial : Disiplin, sportivitas, tanggung jawab, dan kerja sama

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan pendidik	Aspek Yang Diamati	Sikap
1			Bercanda saat berdoa memulai pelajaran	Beriman dan bertakwa	Spiritual
2			Memberikan ucapan selamat dan bersalaman dengan lawan tanding	Sportivitas	Sosial

- 2. Kompetensi Pengetahuan
 - a. Teknik Penilaian :
Penugasan (Lampiran 2)
 - b. Instrumen Penilaian
Daftar Tugas
 - c. Indikator dan Contoh Instrumen

Indikator	Teknik penilaian	Contoh Instrumen
1. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola. 2. Menjelaskan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola. 3. Menjelaskan cara melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.	Tes tertulis	1. Jelaskan berbagai gerak spesifik menendang bola. 2. Jelaskan berbagai gerak spesifik menahan bola. 3. Jelaskan berbagai gerak spesifik menggiring bola.

- 3. Penilaian Kompetensi Keterampilan
 - a. Teknik penilaian
Tes Praktik (Lampiran 3)
 - b. Instrumen Penilaian :
Lembar observasi gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola sederhana.
 - c. Indikator dan Contoh Instrumen

Indikator	Teknik Penilaian	Contoh Instrumen
1. Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan, dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.	Tes Praktik	Lakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola
2. Melakukan berbagai gerak	Tes Praktik	Lakukan gerak spesifik

<p>spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam bentuk permainan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasikan dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.</p>		<p>menendang, menahan dan menggiring bola, dalam bentuk permainan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.</p>
---	--	--

4. **Penilaian Pembelajaran Remedial dan Pengayaan**

- a. Instrumen penilaian pembelajaran remedial pada dasarnya sama dengan instrumen penilaian pembelajaran regular.
- b. Instrumen penilaian pembelajaran pengayaan, untuk materi pengetahuan dan keterampilan:

Instrumen Kompetensi pengetahuan (Lampiran 4 A) :

- Daftar Tugas

Indikator	Teknik Penilaian	Contoh Instrumen
Memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola.	Penugasan	<ul style="list-style-type: none"> • Carilah bentuk-bentuk variasi gerak spesifik permainan sepak bola. • Carilah bentuk-bentuk kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola. • Carilah bentuk-bentuk variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola.

Instrumen Kompetensi keterampilan (Lampiran 4 B) :

- Lembar observasi

Indikator	Teknik Penilaian	Contoh Instrumen
Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola.	Tes praktik	<ul style="list-style-type: none"> • Praktekkan variasi gerak spesifik permainan sepak bola. • Praktekkan kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola. • Praktekkan variasi dan kombinasi gerak spesifik permainan sepak bola.

Mengetahui,
Kepala -

, 17 Juli
Guru Mata Pelajaran

LAMPIRAN 1

Teknik Penilaian : Penilaian Jurnal

Bentuk Instrumen : Lembar Jurnal

Butir Soal Spritual : 1. Berdo'a sebelum dan sesudah Pelajaran
2. Berusaha maksimal dan tawakal

Butir sikap sosial: Disiplin, sportivitas, sungguh-sungguh, dan kerja sama

No.	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan Pendidik	Aspek yang dinilai	Sikap
1.	23-08-2017	Edi Nursodri	Bercanda saat berdo'a	Beriman dan Taqwa	Spiritual*
2.	23-08-2017	Hafid	Mengembalikan semua peralatan dan memasukkannya kedalam tempat alat	Tanggung jawab	Sosial*
Dst.					

LAMPIRAN 2

Kisi-kisi Tes Tulis

Sekolah : -

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : VII / 1

Materi Pokok : Gerak Spesifik Permainan Sepak Bola

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk soal	Jumlah soal
1.	Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	Gerak spesifik: menendang, menahan dan menggiring bola	1. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menendang bola. 2. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menahan bola. 3. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik menggiring bola 4. Menjelaskan berbagai gerak spesifik menendang bola. 5. Menjelaskan berbagai gerak spesifik menahan bola. 6. Menjelaskan berbagai gerak spesifik menggiring bola.	Pilihan ganda	2 2 2 2 2 2

Contoh Butir Soal:

1. Muhajir, Buku Siswa PJOK, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 61 - 66 Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud RI, 2016.
2. Butir-butir soal Pilihan Berganda dapat diambil pada, Buku PJOK, Muhajir, SMP/M.Ts Kelas VII Kurikulum 2013, hal 42 - 44; Jakarta: PT. Yudhistira, 2016.

LAMPIRAN 3

Kisi-kisi Penilaian Kinerja

Sekolah : -
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : VII / 1
 Materi Pokok : Gerak Spesifik Permainan Sepak Bola

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator	Teknik Penilaian
1.	Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	Gerak spesifik: menendang, menahan dan menggiring bola	1. Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola permainan sepak bola.	Praktik/ kinerja
2.			2. Melakukan berbagai gerak spesifik menendang, menahan dan menggiring bola.dalam bentuk permainan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasikan dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.	Praktik/ kinerja

Contoh Tes Kinerja :

1. Tes Kinerja Melempar dan Menangkap Sepak Bola

- a. Butir Tes
Lakukan gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).
- b. Petunjuk Penilaian
Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan keterampilan gerak yang diharapkan.
- c. Rubrik Penilaian Gerak Spesifik

Penilaian Keterampilan Gerak				Skor Akhir	Keterangan
Penilaian Proses			Penilaian Produk (Tes <i>passing</i> bola)		
Sikap awal gerakan (Skor 3)	Sikap pelaksanaan menendang dan menahan bola (Skor 4)	Gerakan lanjutan (Skor 3)			

- d. Pedoman penskoran
 - 1) Penskoran
 - a) Sikap awalan melakukan gerakan
Skor 3 jika :
 - (1) sikap berdiri menghadap arah bola.
 - (2) letakkan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk.
 - (3) sikap kedua lengan di samping badan agak terentang.
 Skor 2 jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 1 jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

- b) Sikap pelaksanaan melakukan gerakan
 Skor 4 jika :
 (1) badan menghadap ke arah sasaran. Kemudian jemputlah bola yang meluncur agar mudah menahannya.
 (2) putarlah tungkai yang akan digunakan untuk menerima bola yang datang. Dengan sedikit mengangkat kaki, kaki bagian dalam mengenai bola hingga gerakan terhenti.
 (3) badan agak membungkuk, lengan mengimbangi badan.
 (4) pandangan mengarah ke bola.
 Skor 3 jika : hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 2 jika : hanya dua sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 1 jika : hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan secara benar.

- c) Sikap akhir melakukan gerakan
 Skor 3 jika :
 (1) pandangan mata ke arah lepasnya/dorongan bola.
 (2) badan sedikit dicondongkan ke depan dan beratnya terletak di antara kedua kaki
 (3) kaki yang menyepak bola berada di depan menghadap ke bawah dengan posisi badan rileks.
 Skor 2 jika : hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.
 Skor 1 jika : hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

- 2) Pengolahan skor
 Skor maksimum: 10
 Skor perolehan peserta didik: SP
 Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10

- b. Lembar pengamatan penilaian gerak spesifik menendang dan menahan bola permainan sepak bola.

- 1) Penilaian gerak spesifik menendang dan menahan bola

- a) Tahap pelaksanaan pengukuran
 Penilaian hasil/produk gerak spesifik menendang dan menahan bola dilakukan peserta didik selama 30 detik dengan dengan cara :
 (1) Mula-mula peserta didik berdiri ditengan-tengah antara papan pantul.
 (2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai menendang dan menahan bola secara bergantian ke kiri dan ke kanan.
 (3) Petugas menghitung ulangan/pantulan bola yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
 d) Jumlah ulangan/pantulan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

- b) Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>	
..... > 20 kali > 15 kali	Sangat Baik
17 – 19 kali	12 – 14 kali	Baik
14 – 16 kali	9 – 11 kali	Cukup
..... < 14 kali < 9 kali	Kurang

2. Tes Kinerja Menggiring Bola

- a. Butir Tes
 Lakukan gerak spesifik menggiring bola permainan sepak bola. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan kecepatan melakukan gerakan (penilaian produk).
- b. Petunjuk Penilaian
 Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak spesifik yang diharapkan.
- c. Rubrik Penilaian Keterampilan Gerak

Penilaian Keterampilan Gerak				Skor Akhir	Keterangan
Penilaian Proses			Penilaian Produk (Tes menggiring bola)		
Sikap awal gerakan (Skor 3)	Sikap pelaksanaan menggiring bola (Skor 4)	Gerakan lanjutan (Skor 3)			

- d. Penilaian hasil keterampilan gerak menggiring bola
 Penilaian hasil/produk gerak spesifik menggiring bola dilakukan peserta didik selama 60 detik dengan dengan cara :
- 1) Mula-mula peserta didik berdiri dengan memegang bola.
 - 2) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “mulai” peserta didik mulai menggiring bola melewati rintangan (corong atau kursi yang dipasang secara zig-zag) sebanyak 10 rintangan.
 - 3) Petugas menghitung ulangan/rintangan yang dilewati yang dapat dilakukan oleh peserta didik.
 - 4) Jumlah ulangan/rintangan bola yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.
- e. Konversi jumlah ulangan dengan skor

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
<i>Putera</i>	<i>Puteri</i>	
..... > 12 rintangan > 10 rintangan	Sangat Baik
10 – 11 rintangan	8 – 9 rintangan	Baik
8 – 9 rintangan	6 – 7 rintangan	Cukup
..... < 8 rintangan < 6 rintangan	Kurang

REKAPITULASI PENILAIAN

Sekolah : -
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII / 1
Materi Pokok : Gerak Spesifik Permainan Sepak Bola
Alokasi Waktu : 2 Kali Pertemuan (9 JP)

No.	Nama Peserta Didik	Aspek-Aspek Penilaian							
		Pengetahuan				Keterampilan			
		Lisan	Tulis	Tugas	Rata2 KD	Praktik	Proyek	Porto	Rata2 KD
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
dst									

RUBRIK PENILAIAN JURNAL

No	Tanggal	Nama Peserta Didik	Catatan pendidik	Aspek Yang Diamati	Sikap
1.					
2.					
3.					
4.					
dst					

Mengetahui,
Kepala -

Guru Mata Pelajaran