

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

Nama Sekolah : SDK Olabolo  
Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas : V ( Lima )  
Semester : I ( Satu )  
Materi Pokok : Permainan Sepak Bola (Tehnik menahan bola)  
Alokasi waktu : 2 x 35 Menit  
KBM Pengetahuan : 70  
KBM Keterampilan : 75  
Hari / Tanggal : Jumat, 05 Nopember 2021

### A. Kompetensi Inti

3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati, dan mencoba menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual luar bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dan kritis luar karya yang estetis, luar gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan luar tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

### B. Kompetensi Dasar dan Indikator

Kompetensi Dasar	Indikator
3.1 Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dgn konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dlm permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.2 Menjelaskan tehnik menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola.
4.1 Mempraktekan kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dgn konsep tubuh, ruang, usaha dan keterhubungan dlm permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	4.1.2 Mempraktekan tehnik menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola.

### C. Tujuan Pembelajaran

1. Dengan mendengarkan penjelasan guru siswa dapat menjelaskan cara menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola dengan benar.
2. Dengan mengamati gambar siswa dapat menjelaskan cara melakukan tehnik menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola dengan benar.
3. Dengan mendengarkan penjelasan guru siswa dapat mempraktekan cara menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola dengan benar.
4. Dengan mengamati gambar siswa dapat mempraktekan cara menahan bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam, dan punggung kaki dalam permainan sepak bola dengan benar.

#### D. Materi Pembelajaran

Mengontrol dengan kaki bagian luar dilakukan jika posisi bola berada agak jauh dari kaki dan datangnya bola selalu dari samping badan, menghadap ke arah datangnya bola dan memperhatikan arah gerakan bola. Pergelangan kaki yang akan digunakan menahan bola diputar ke arah dalam.

Berikut adalah tahapan menghentikan bola dengan kaki bagian luar :

- a. Sikap awal  
Sikap awal saat menghentikan atau mengontrol bola adalah :
  1. Posisi badan menghadap ke arah datangnya bola.
  2. Pandangan terpusat pada bola.
- b. Pelaksanaan gerakan  
Ketika bola sudah mendekat gerakan yang dilakukan adalah :
  1. Tarik kaki atau bagian tubuh yang akan digunakan untuk menahan ke belakang saat bola menyentuh kaki bagian luar.
  2. Perkenaan kaki pada bola tepat pada bagian tengah bola.
- c. Sikap akhir  
Sikap akhir saat badan saat menghentikan bola dengan kaki bagian luar adalah :
  1. Tumpuan atau kuda-kuda yang seimbang
  2. Pandangan pemain ke depan.

#### E. Metode Pembelajaran

Ceramah, Tanya jawab dan Demonstrasi

#### F. Kegiatan pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Awal</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Pembelajaran diawali dengan saling menyapa antara guru dan siswa.</li><li>2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin doa sebagai bentuk ungkapan syukur kepada Tuhan.</li><li>3. Guru menanamkan nilai kedisiplinan dengan mengecek kehadiran siswa.</li><li>4. Guru melakukan apersepsi dengan mengajukan pertanyaan :<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Siapa yang suka dengan permainan sepak bola?</li><li>➤ Siapa pesepak bola idolamu?</li><li>➤ Siapa yang ingin menjadi pemain sepak bola profesional?</li></ul></li><li>5. Guru menyampaikan materi dan tujuan pembelajaran</li><li>6. Guru menyampaikan aspek-aspek yang akan dinilai dan skenario pembelajaran selama kegiatan pembelajaran.</li><li>7. Guru menyampaikan KBM yang harus dicapai oleh siswa.</li></ol>	11 Menit
<b>Kegiatan Inti</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang tehnik menahan bola</li><li>2. Guru menggunakan alat peraga berupa gambar untuk membantu siswa memahami materi ajar.</li><li>3. Guru mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang menuntun siswa memahami materi ajar.</li><li>4. Guru memberikan rangkuman materi ajar kepada siswa, agar siswa dapat mempelajarinya di rumah.</li></ol>	48 menit

	5.	Guru melakukan evaluasi pembelajar untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan. ➤ Jelaskan teknik dasar menahan bola dalam permainan sepak bola !	
<b>Kegiatan Akhir</b>	1.	Guru menyampaikan pesan moral tentang hal-hal yang berkaitan dengan pembelajaran hari ini. ❖ Luar suatu pertandingan sepak bola sikap yang harus diutamakan dalam sikap sportivitas, kejujuran, kedisiplinan.	11 Menit
	2.	Guru memberikan tugas rumah kepada anak untuk dikerjakan”? ❖ Jelaskan pentingnya teknik dasar menahan bola!	
	3.	Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin doa penutup.	
	4.	Siswa menyalami guru dan berpamitan pulang.	

### G. Penilaian Pembelajaran

Aspek pengetahuan ( Kisi-kisi soal )

Tehnik : Tertulis

Bentuk : Isian

Aspek ketrampilan ( Rubrik Penilaian )

Tehnik : Kinerja

Bentuk : Praktek

### H. Media, Alat, Bahan dan Sumber Belajar

Media : Gambar atau video tehnik menahan bola dengan kaki bagian luar

Alat : Peluit, LCD, Laptop

Bahan : -

Sumber Belajar : WWW Kompas. Com, Penulis : Ervan Yudhi Tri Atmoko

Catatan Kepala Sekolah :

Olabolo, 05 November 2021  
Kepala SDK Olabolo

Leonardus Lobo, S.Pd  
NIP. 19780706 200501 1 018

Lampiran :

**Rubrik Penilaian Ketrampilan Teknik Menahan Bola Dengan Kaki Bagian Dalam**

<b>Kriteria</b>	<b>Amat Baik</b>	<b>Baik</b>	<b>Cukup</b>	<b>Perlu Bimbingan</b>
	<b>91-100</b>	<b>80- 90</b>	<b>70 - 79</b>	<b>≤ 0 - 69</b>
Siswa mempraktikan cara menahan bola dengan kaki bagian dalam dengan durasi lima passingan bola.	Siswa mampu menahan bola dengan sempurna lima passingan bola	Siswa mampu menahan bola dengan sempurna empat passingan bola	Siswa mampu menahan bola dengan sempurna tiga passingan bola	Siswa mampu menahan bola dengan sempurna dua atau kurang passingan bola