

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah : SD Mojo 1 Bringin
Kelas / Semester : V /1
Pelajaran : PJOK
Materi : Bola Besar/Sepak Bola
Pertemuan : 3x Pertemuan
Alokasi waktu : 3JP (90 menit)

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 Menjelaskan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor Menendang bola 3.1.2 Menjelaskan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor Menghentikan bola 3.1.3 Menjelaskan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor Menggiring bola
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	4.1.1 Melakukan gerak kombinasi gerak Menendang bola sesuai dengan prosedur 4.1.2 Melakukan gerak kombinasi gerak Menghentikan bola sesuai dengan prosedur 4.1.3 Melakukan gerak kombinasi gerak Menggiring bola sesuai dengan prosedur

C. TUJUAN

1. Melalui video pembelajaran di youtube, siswa mampu menjelaskan kombinasi pola gerak dasar menendang bola dengan benar
2. Melalui video pembelajaran di youtube, siswa mampu menjelaskan kombinasi pola gerak dasar menghentikan bola dengan benar
3. Melalui video pembelajaran di youtube, siswa mampu menjelaskan kombinasi pola gerak dasar menggiring bola dengan benar
4. Siswa mampu memperagakan berbagai teknik dasar menendang bola dengan baik dan benar
5. Siswa mampu memperagakan berbagai teknik dasar menghentikan bola dengan baik dan benar
6. Siswa mampu memperagakan berbagai teknik dasar menggiring bola dengan baik dan benar

D. MATERI

Permainan bola besar sepak bola.

- Pengertian permainan bola besar
- Teknik menendang bola, menggiring bola, dan mengumpan bola

E. PENDEKATAN & METODE

Pendekatan : *Scientific*

Strategi : *Cooperative Learning*

Metode : Pengamatan, Penugasan, Tanya Jawab, dan Diskusi

F. MEDIA ALAT/BAHAN DAN SUMBER PEMBELAJARAN

MEDIA

- WhatsApps Grup/ Telegram Grup

ALAT/BAHAN

- Laptop
- Hand Phone
- Bola kaki/Bola Plastik

SUMBER BELAJAR

1. Buku Guru Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas V SD/MI / Berton Supriadi Simamora. -- Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud, 2019.
2. Buku Guru Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas V SD/MI / Berton Supriadi Simamora. -- Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud, 2019.
3. Video link tentang materi pembelajaran teknik dasar menendang bola <https://www.youtube.com/watch?v=Rq1KCIscZuQ> , menghentikan bola

<https://www.youtube.com/watch?v=ssLPXih7qRE> dan menggiring bola
<https://www.youtube.com/watch?v=C1eWcSM5KDo>

G. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Pertemuan Pertama

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (<i>Religius dan Integritas</i>) 2. Pembiasaan membaca/menulis (<i>Kegiatan literasi</i>) 3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan.	5
Kegiatan Inti	<p style="text-align: center;">Mengamati</p> 1. Siswa mengamati video pembelajaran melalui link https://www.youtube.com/watch?v=C1eWcSM5KDo tentang teknik dasar menendang bola, menghentikan bola, dan menggiring bola dalam permainan sepak bola. (Mandiri) <p style="text-align: center;">Menanya</p> 1. Setelah mengamati video pembelajaran siswa diberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi 2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (<i>Communication</i>) <p style="text-align: center;">Menalar</p> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan teknik dasar menendang bola. (<i>Critical Thinking</i>) 2. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 3. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan <p style="text-align: center;">Mencoba</p> 1. Sebelum memulai kegiatan menendang bola, siswa harus mempelajari teknik dasar menendang bola setahap demi setahap. 2. Siswa memncoba melakukan gerakan menendang dengan menggunakan bola plastik. (<i>Collaboration, Creativity</i>) <p style="text-align: center;">Mengkomunikasikan</p> 1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lesan kepada teman temanya. (Mandiri) 2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lesan di depan teman dan guru. (<i>Communication</i>)	20 menit

Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru dan siswa melakukan refleksi dan evaluasi mengenai kegiatan pembelajaran. 2. Guru menyampaikan materi yang akan datang 3. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa. (Religius) 	5 menit
-------------------------	---	---------

Pertemuan Kedua

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) 2. Pembiasaan membaca/menulis (Kegiatan literasi) 3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan. 	5 menit
Kegiatan Inti	<p style="text-align: center;">Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati video pembelajaran melalui link youtube https://www.youtube.com/watch?v=ssLPXih7qRE yang telah dikirimkan di grup WA/ Grup Telegram tentang menggiring bola dalam permainan sepak bola. (Mandiri) <p style="text-align: center;">Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan (Communication) <p style="text-align: center;">Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan menggiring bola di grup WA/grup Telegram. (Critical Thinking) 2. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 3. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p style="text-align: center;">Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan menggiring bola, siswa harus mempelajari teknik menggiring bola setahap demi setahap sampai mahir. 2. Siswa mempraktikkan cara menggiring bola secara mandiri. (Collaboration, Creativity) <p style="text-align: center;">Mengkomunikasikan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini secara lisan kepada teman temanya. (Mandiri) 	20 menit

	2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan secara lisan di grup WA (<i>Communication</i>)	
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan. 2. Guru menjelaskan kesimpulan pentingnya melakukan olahraga. 3. Guru menyampaikan tentang manfaat olahraga pada hari ini bagi tubuh. 4. Salam dan do'a penutup. (Religius) 	5.

Pertemuan Ketiga

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (<i>Religius dan Integritas</i>) 2. Pembiasaan membaca/menulis (<i>Kegiatan literasi</i>) 3. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa melakukan pemanasan. 	5 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mengamati video pembelajaran melalui link youtube https://www.youtube.com/watch?v=C1eWcSM5KDo yang telah dikirim melalui WA grup/Telegram grup tentang menggiring bola dalam permainan sepak bola. (Mandiri) <p>Menanya</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan 2. Siswa menanyakan kepada guru untuk materi yang belum di pahami. (<i>Communication</i>) <p>Menalar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan mengoper bola. (<i>Critical Thinking</i>) 2. Guru menunjuk kembali siswa yang telah melakukan diskusi untuk mencoba secara acak. 3. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan 4. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. <p>Mencoba</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum memulai kegiatan mengoper bola, guru harus 	20 menit

<p>Kegiatan Penutup</p>	<p>mempelajari teknik mengoper bola setahap demi setahap sampai mahir.</p> <p>2. Siswa mempraktikkan cara menggiring bola secara mandiri (<i>Collaboration, Creativity</i>)</p> <p>Mengkomunikasikan</p> <p>1. Siswa menyampaikan proses kegiatan hari ini kepada teman temanya melalui WA grup/Telegram Grup (Mandiri)</p> <p>2. Siswa menyampaikan manfaat kegiatan yang dilakukan (<i>Communication</i>)</p> <p>3. Guru mengarahkan siswa untuk mengerjakan tes sumatif diakhir pembelajaran melalui Google Form</p> <p>4. Guru memberikan tugas siswa untuk membuat video teknik dasar sepak bola menendang bola, menghentikan bola dan menggiring bola dengan durasi 1-3 menit sebagai bahan evaluasi melalui WA grup/Telegram Grup</p> <p>1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan.</p> <p>2. Guru menjelaskan kesimpulan pentingnya melakukan olahraga.</p> <p>3. Guru menyampaikan tentang manfaat olahraga pada hari ini bagi tubuh.</p> <p>4. Salam dan do'a penutup. (Religius)</p>	<p>5 menit</p>
--------------------------------	---	----------------

H. PENILAIAN

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian digunakan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan praktek/unjuk kerja sesuai dengan rubrik penilaian sebagai berikut;

1. Penilaian Pengetahuan

Asinkron: *Google Form*

1. Peserta didik menjawab pertanyaan pilihan ganda dan uraian serta menuangkan refleksinya terkait materi pembelajaran pertemuan 1 hingga pertemuan 2

KOMPETENSI DASAR	IPK	JML SOAL
3.1 Memahami prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.1 Siswa dapat menjelaskan permainan bola besar yaitu permainan sepak bola	10 soal pilihan ganda
	3.1.2 Siswa mampu menjelaskan teknik-teknik permainan sepak bola, yaitu menendang bola, menggiring bola, dan mengumpan bola	5 soal uraian

2. SIKAP

KOMPETENSI INTI

- Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
- Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.

3. KETERAMPILAN

KOMPETENSI DASAR	Teknik Penilaian	IPK
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	Tes Praktik	4.1.1 Siswa mampu mempraktekan teknik dasar menendang, menghentikan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola

Penugasan

Tugas Rumah

- Guru memberikan tugas peserta didik untuk melihat tayangan video dengan pada link berikut:

I. PEMBELAJARAN REMIDIAL DAN PENGAYAAN

Asinkron: WA Grup

1. Remedial

Peserta didik yang dinyatakan mengikuti remedial:

- Pengetahuan: harus menjawab pertanyaan-pertanyaan yang telah disediakan
- Keterampilan: mengikuti petunjuk untuk melaksanakan tes praktik

2. Pengayaan

Peserta didik yang dinyatakan lulus mengikuti langkah kerja berikutnya dalam informasi tugas belajar di *WA Grup* PJOK kelas 5

Mengetahui
Kepala Sekolah

Bringin, 13 Juli 2020
Guru PJOK

MUHARTUTI, S.Pd
NIP. 19630316 198303 2 012

PUTRA YUDHA SANTOKO, S.Pd
NIP. 19920401 201903 1 011

BAHAN AJAR

Variasi Gerak Dasar Permainan Bola Variasi Gerak Dasar Permainan Bola Besar (Sepakbola Besar (Sepakbola)

Kalian harus menguasai teknik dan peraturan sebelum bermain sepak bola. Tujuannya agar kalian dapat bermain dengan baik. Coba kalian perhatikan dengan saksama uraian materi berikut ini!



Pelajari dengan baik agar kalian dapat bermain sepak bola dengan baik pula

A. Teknik

Teknik dasar dalam permainan sepak bola terdiri dari menendang, menerima/mengontrol, menggiring, dan menyundul bola

1. Teknik Menendang Bola

Terdapat beberapa teknik menendang bola. Kalian akan mempelajarinya pada materi kali ini. Teknik apa saja yang akan kalian pelajari? Ayo kita mulai pelajaran kali ini



Menendang bola dengan kaki bagian dalam

a. Menendang bola dengan kaki bagian dalam

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Awalan lurus dengan bola. Kaki tumpu diletakkan di samping bola.
- 2) Kaki sepak diputar ke luar pada pangkal paha, sehingga kaki sepak membentuk sudut 90 derajat dengan kaki tumpu.
- 3) Bola disepak tepat pada titik pusatnya



Menendang bola dengan kura-kura bagian dalam

b. Menendang dengan punggung kaki

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Awalan lurus dengan bola. Kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan jari-jari menghadap ke depan dan lutut sedikit ditekuk.
- 2) Pergelangan kaki ditekuk ke bawah sehingga punggung kaki menghadap ke bola, selanjutnya lutut juga ditekuk dalam-dalam.
- 3) Bola disepak dengan punggung kaki tepat pada titik tengahnya.

c. Menendang dengan kura-kura kaki bagian dalam

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Awalan sedikit serong. Kaki kiri diletakkan di samping belakang bola.
- 2) Kaki kanan diayunkan dari belakang ke depan dengan membentuk suatu lengkungan.
- 3) Bola disepak dengan punggung kaki sebelah dalam.

d. Menendang bola dengan kura-kura bagian luar

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Awalan sikap badan berdiri tegak, kaki kiri ditekuk.
- 2) Pergelangan kaki kanan ditekuk ke bawah dan diputar ke dalam.

Selanjutnya, bola disepak dengan punggung kaki bagian luar.

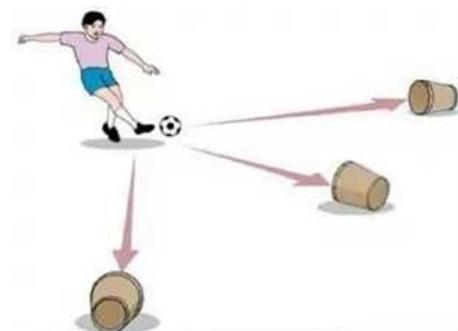


Menendang bola dengan kura-kura bagian dalam



Lakukan kegiatan berikut ini!

1. Siapkan bola dan 3 keranjang!
2. Taruh keranjang tersebut 4 – 5 meter di hadapanmu!
3. Tendanglah bola arahkan ke keranjang!
4. Hitung bola yang masuk ke keranjang!



2. Teknik Menerima Bola atau Mengontrol Bola

Menerima bola atau mengontrol bola dapat dilakukan dengan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Teknik menerima bola dapat dibagi atas beberapa cara, yaitu:

a. Menerima bola yang bergulir dengan sol sepatu

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Kaki tumpu menghadap ke arah datangnya bola. Lutut sedikit ditekuk.



2) Badan condong ke muka, selanjutnya bola dihentikan dengan menggunakan sol sepatu.

b. Menerima bola dengan kaki bagian dalam

Cara melakukannya yaitu:

- 1) Kaki tumpu menghadap ke arah datangnya bola. Lutut ditekuk.
- 2) Kaki yang digunakan untuk mengontrol diputar ke luar sehingga kaki bagian dalam menghadap ke arah bola datang.
- 3) Mula-mula kaki yang digunakan untuk menahan bola didorong ke depan dan sesaat akan menyentuh bola kaki ditarik kembali ke belakang.
- 4) Bola dihentikan di samping kaki tumpu.

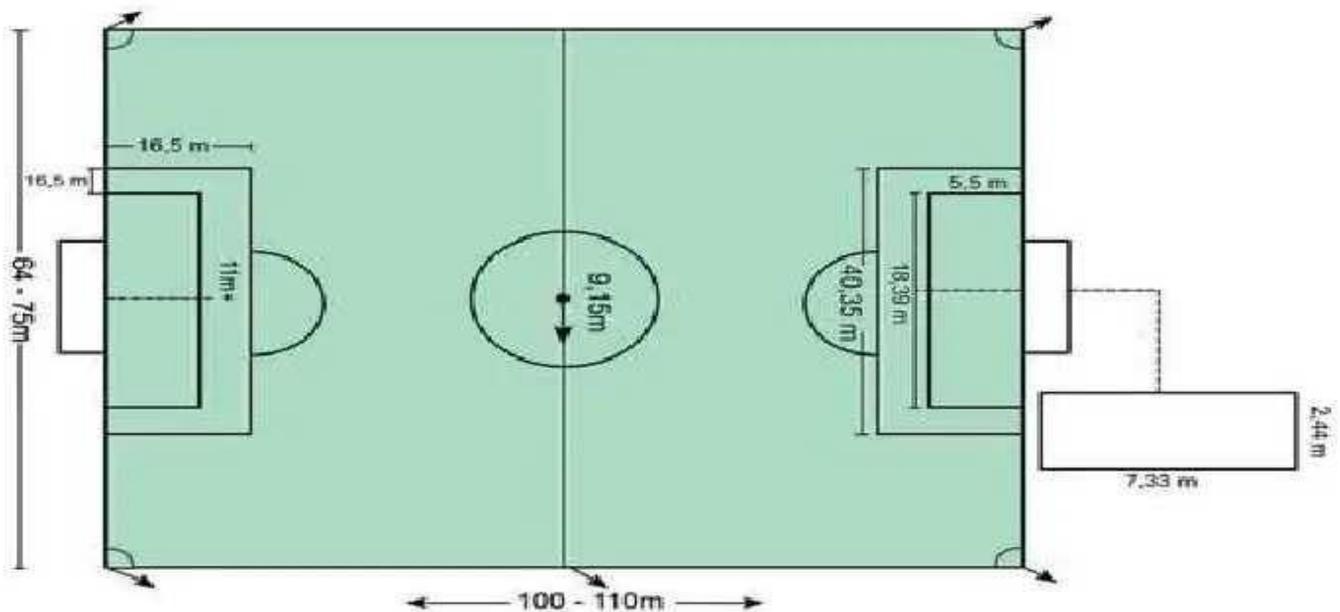


B. Lapangan dan Peralatan

Setelah memahami beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola, kita perlu memahami Lapangan dan aturan peratalatan yang diperlukan dalam sepak bola.

1. Lapangan Sepak Bola dan Peralatan

Gambar



Lapangan sepak bola

a. Lapangan sepak bola untuk anak SD:

Panjang = 70 m

Lebar = 50 m

Daerah gawang = 4 x 13 m

Daerah hukuman = 12 x 25 m

Garis tengah lingkaran = 9,15 m

Titik penalty = 11 m dari garis gawang

b. Gawang:

Tinggi = 2 m

Lebar = 5 m

Bahan = kayu, logam, fiberglass

Tebal = maksimal 12 cm

c. Bola :

Tebuat dari kulit

Berat = 396 – 453 gram

Keliling Keliling = 68 – 71 cm

Lampiran 1
Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

JURNAL
PENILAIAN SIKAP SPIRITUAL DAN SOSIAL (KI 1 DAN KI 2)

MATA PELAJARAN : PJOK
TAHUN PELAJARAN : 2020/2021

No.	Nama	Kehadiran	Keaktifan	Ketepatan pengumpulan tugas	Total
1					
2					
3					
dst					

Skala 1 -2 :

2 = tepat waktu / aktif

1 = terlambat/kurang aktif

NA = $\frac{\text{Nilai total}}{6} \times 100$

6

Lampiran 2

Instrumen Penilaian KI-3:

Instrumen Penilaian Pengetahuan Sepakbola

	Aspek Yang Dinilai	Kualitas jawaban			
	Jelaskan cara menendang bola				
	Jelaskan cara mengontrol bola				
	Jelaskan cara menggiring bola				
	Jumlah Skor				

$$N = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Max}} : \quad \times 4$$

Skor Max : 12

Petunjuk Penilaian Pengetahuan

1. Kriteria cara menendang bola
 1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
 2. Letakkan bola di samping/ depan badan
 3. Ayunkan kaki belakang ke arah bola dengan tepat
 4. Arah bola sesuai sasaran

skor	Keterangan
4	Jika ke 4 kriteria menendang bola dijawab
3	Jika hanya 3 kriteria menendang bola dijawab
2	Jika hanya 2 kriteria menendang bola dijawab
1	Jika hanya 1 kriteria menendang bola dijawab

2. Kriteria cara menghentikan bola
 1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
 2. Pandangan ke arah datangnya bola
 3. Julurkan kaki depan ke arah datangnya bola
 4. Pada waktu bola menyentuh kaki, kaki ditarik ke belakang mengikuti gerakan bola

skor	Keterangan
4	Jika ke 4 kriteria menghentikan bola dijawab
3	Jika hanya 3 kriteria menghentikan bola dijawab
2	Jika hanya 2 kriteria menghentikan bola dijawab
1	Jika hanya 1 kriteria menghentikan bola dijawab

3. Kriteria cara menggiring bola

1. Berdiri melangkah depan dan belakang
2. Badan kondong ke depan
3. Letakan bola di depan kaki depan
4. Bola ditendang menggunakan punggung kaki bergantian kanan/ kiri

skor	Keterangan
4	Jika ke 4 kriteria menggiring bola dijawab
3	Jika hanya 3 kriteria menggiring bola dijawab
2	Jika hanya 2 kriteria menggiring bola dijawab
1	Jika hanya 1 kriteria menggiring bola dijawab

Lampiran 3

PENILAIAN KETERAMPILAN
MATERI SEPAK BOLA

- a. Teknik penilaian
Tes Praktik
- b. Instrumen Penilaian :
Lembar observasi keterampilan menendang, menghentikan dan menggiring, serta penggunaan tehnik dasar dalam permainan sederhana.

Penilaian Keterampilan

KOMPETENSI DASAR	Teknik Penilaian	IPK
4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	Tes Praktik	4.1.1 Siswa mampu mempraktekan teknik dasar menendang, menghentikan dan menggiring bola dalam permainan sepak bola

Lampiran 3 Instrumen Penilaian KI-4

Lembar Obserfasi Penilaian Keterampilan Sepakbola

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Menendang bola dengan jarak 5m!				
2.	Mengontrol bola yang datangnya bola lambung!				
3.	Menggiring bola melewati rintangan!				
	Jumlah Skor				

$$N = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor Max}} \times 4$$

$$\text{Skor Max} : 12$$

Petunjuk Penilaian Keterampilan

Kriteria Penilaian Keterampilan Sepakbola

1. Kriteria menendang bola
 1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
 2. Letakkan bola di samping/ depan badan
 3. Ayunkan kaki belakang ke arah bola dengan tepat
 4. Arah bola sesuai sasaran

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menendang bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

2. Kriteria menghentikan bola

1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
2. Pandangan ke arah datangnya bola
3. Julurkan kaki depan ke arah datangnya bola
4. Pada waktu bola menyentuh kaki, kaki ditarik ke belakang mengikuti gerakan bola

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menghentikan bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

3. Kriteria menggiring bola

1. Berdiri melangkah depan dan belakang
2. Badan condong ke depan
3. Letakan bola di depan kaki depan
4. Bola ditendang menggunakan punggung kaki bergantian kanan/ kiri

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menggiring bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

LAMPIRAN SOAL

Pilihlah salah satu jawaban yang paling benar

1. Lama waktu permainan sepak bola adalah ...

- a. 2 X 30 menit
- b. 2 X 40 menit
- c. 2 X 45 menit
- d. 2 X 50 menit
- e. 2 X 60 Menit

2. Pada pertandingan sepak bola pergantian pemain maksimal sebanyak ...

- a. Satu kali
- b. Dua kali
- c. Tiga kali
- d. Empat kali
- e. Lima kali

3. Yang tidak termasuk teknik badan dalam permainan sepak bola adalah ...

- a. Cara berlari
- b. Melompat
- c. Cara gerak tipu badan
- d. Cara mencari daerah kosong
- e. Cara menendang bola yang benar

4. Teknik yang digunakan dalam permainan sepak bola untuk melakukan operan jarak dekat adalah ...

- a. Kaki bagian dalam
- b. Kaki bagian luar
- c. Punggung kaki
- d. Bagian tumit
- e. Kura-kura kaki

5. Teknik yang digunakan dalam sepak bola untuk melakukan operan jarak jauh adalah ...

- a. Kaki bagian dalam
- b. Kaki bagian luar
- c. Punggung kaki
- d. Bagian tumit
- e. Kura-kura kaki

6. Posisi badan saat menendang bola jarak jauh adalah ...

- a. Dicondongkan ke depan

- b. Dicondongkan ke belakang
- c. Dimiringkan ke samping kanan
- d. Dimiringkan ke samping kiri
- e. Tergantung teknik yang dimiliki pemain

7. Teknik yang digunakan untuk menghentikan bola yang bergulir di atas tanah dalam permainan sepak bola adalah ...

- a. Menahan dengan kaki bagian dalam
- b. Menahan dengan telapak kaki
- c. Menahan dengan kaki bagian luar
- d. Menahan dengan paha
- e. Menahan dengan perut

8. Teknik yang digunakan pemain sepak bola untuk menghentikan bola yang melambung setinggi dada adalah ...

- a. Menahan dengan kaki bagian dalam
- b. Menahan dengan telapak kaki
- c. Menahan dengan kaki bagian luar
- d. Menahan dengan paha
- e. Menahan dengan dada

9. Berikut ini teknik dasar dalam permainan sepak bola, kecuali ...

- a. Mengumpan
- b. Mengontrol
- c. Menggiring
- d. Menembak bola ke gawang
- e. Melatih

10. Jumlah pemain dalam permainan sepak bola adalah ...

- a. 5
- b. 7
- c. 10
- d. 11
- e. 12

ESSAY

1. Sebutkan teknik dasar menendang bola?

Jawaban : Teknik Menendang Bola menggunakan kaki bagian dalam, teknik Menendang Bola menggunakan punggung kaki, dan teknik Menendang Bola menggunakan kaki bagian luar

2. Jelaskan teknik menendang dalam permainan sepak bola!

Jawaban:

Teknik menendang dalam sepak bola : Menendang dengan kaki bagian dalam, pergelangan kaki dibuka dan dikunci, Menendang dengan kaki bagian luar, pergelangan kaki ditutup ke dalam dan dikunci, Menendang dengan kaki bagian depan, pergelangan kaki ditekuk ke bawah dan dikunci

3. Sebutkan teknik dasar permainan sepak bola?

Jawaban: stop ball (menghentikan bola), shooting (menendang bola ke gawang), passing (mengumpan), heading (menyundul bola), dan dribbling (menggiring bola)

4. Apa yang dimaksud offside dalam permainan sepak bola?

Jawaban: Dalam olah raga sepak bola, offside terjadi jika seorang pemain diberikan bola ketika berada lebih dekat dengan garis gawang lawan dibanding posisi pemain lawan. Biasanya offside digunakan para pemain belakang sebagai bagian dari taktik untuk menjebak lawan

5. Apa yang dimaksud dengan sepak bola?

Jawaban: Sepak bola adalah permainan beregu yang didalamnya terdapat 11 orang tiap regu, yang bertujuan menjaga gawang dari lawan dan juga berusaha agar memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan

KUNCI JAWABAN PILIHAN GANDA

NO.	JAWABAN
1	C
2	E
3	D
4	A
5	C
6	A
7	B
8	E
9	E
10	D