

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Satuan Pendidikan : UPTD SDN 21 SANGGALEA
Kelas/Semester : IV/1
Mata Pelajaran : PJOK
Materi : Permainan bola volly (passing bawah)
Pembelajaran ke- : 1
Alokasi waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Peserta didik mampu menjelaskan tentang passing bawah dalam permainan bola volly.
2. Peserta didik mampu mempraktikkan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly.

B. LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Pendahuluan (2 menit)

- Melakukan pembukaan dengan salam dan dilanjutkan dengan membaca doa (Orientasi).
- Mengecek kehadiran peserta didik dengan mengabsen (Disiplin)
- Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai
- Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari (Apersepsi)
- Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi)

2. Kegiatan Inti (6 menit)

- Mengamati – Peserta didik mengamati gambar yang ditampilkan oleh Guru tentang gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly (Creativity and innovation).
- Mengkomunikasikan – Guru menjelaskan dan memperagakan gerakan passing bawah dengan menggunakan media balon. (Communication)
- Menanya – Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang materi gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly. (Critical Thinking and problem solving)
- Menalar – Peserta didik mencoba berdiskusi dengan teman dan orang disekitar, (Collaboration and communication)
- Mencoba – Peserta didik diberi kesempatan untuk mempraktikkan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly dan peserta didik lainnya mengamati gerakan passing bawah yang dilakukan temannya.
- Mengkomunikasikan – Peserta didik menyampaikan hasil pengamatan yang dilakukan pada saat peserta didik lain melakukan gerakan passing bawah (Communication)
- Guru memberikan LKPD kepada siswa

3. Kegiatan Penutup (2 menit)

- Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ditetapkan secara umum.
- Berdoa dan salam.

C. PENILAIAN

1. Penilaian Kognitif (Tes tulis) / Tugas LKPD
2. Penilaian Keterampilan (Tes praktik – yang diamati langsung oleh guru)

Maros, 20 Desember 2021

Kepala Sekolah

Guru PJOK

Hj. Kurnia, S.Sos

NIP. 19701031 199307 2 001

Saiful, S.Pd

NIP. 19850814 200903 1 002

Sumber / Media Belajar

- Buku PJOK kelas 4
- Balon
- Bola volley
- Gambar

INSTRUMEN PENILAIAN TERLAMPIR

1. **Penilaian Kognitif (pengetahuan)**
Mengerjakan LKPD yang telah disediakan

2. **Penilaian Psikomotor (keterampilan)**

Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerakan			
	1	2	3	
<p>- Peserta didik mempraktikkan gerak dasar passing bawah</p> <p>Kriteria yang dinilai:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kaki dibuka dengan salah satu kaki maju.• Lutut agak ditekuk.• Berat badan condong ke depan.• Punggung tangan lurus ke depan, kedua tangan berpegangan.• Ayunkan kompilasi tangan kedua bola pada jarak yang tepat				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 15				

Pedoman Penskoran : $\frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100 = \text{Nilai Akhir}$

Jumlah Skor Maksimal

Keterangan :

Nilai 1 : apabila gerakannya tidak benar

Nilai 2 : apabila gerakannya kurang sempurna

Nilai 3 : apabila semua kriteria gerakan benar

LKPD

Permainan Bola Voli (Gerak Dasar Passing Bawah)

TUGAS INDIVIDU

Sekolah : SDN 21 Sanggalea
Mapel : PJOK
Materi : Permainan Bola Voli (Gerak Dasar Passing Bawah)
Kelas/ semester : IV/Ganjil

Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR
3.1 Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	3.1.1 Menjelaskan tentang passing bawah dalam permainan bola volly
4.1 Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional*	4.1.1 Melakukan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly

Tujuan Pembelajaran

Setelah proses pembelajaran diharapkan :

1. Peserta didik mampu menjelaskan tentang passing bawah dalam permainan bola volly.
2. Peserta didik mampu mempraktikkan gerak dasar passing bawah dalam permainan bola volly

Nama :

Kelas : IV

Petunjuk

1. Berdoalah terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas
2. Apabila ada kesulitan dan belum mengerti bertanyalah kepada guru

Langkah langkah pengamatan

1. Amati gambar yang ada dibawah ini dengan seksama!
2. Amati keterampilan gerak dalam Permainan Bola Voli (Gerak Dasar Passing Bawah)
3. Jelaskan cara melakukan gerak dalam latihan Permainan Bola Voli terkait (Gerak Dasar Passing Bawah) secara individu!
4. Isikan hasil pengamatan pada kolom yang telah disediakan!

Tabel Pengamatan

Gambar yang di amati	Langkah-langkah Gerakan Passing Bawah
 <p>PASSING BAWAH BOLA VOLI</p> <p>SIKAP AWAL PELAKSANAAN SIKAP AKHIR</p> <p>POSISI TANGAN</p>	

Kunci Jawaban

Langkah - Langkah Gerak Dasar Passing Bawah

- Kaki dibuka dengan salah satu kaki maju.
- Lutut agak ditekuk.
- Berat badan condong ke depan.
- Punggung tangan lurus ke depan, kedua tangan berpegangan.
- Ayunkan kompilasi tangan kedua bola pada jarak yang tepat.

Pedoman penskoran

Skor 5, jika menyebutkan 5 tahapan gerak

Skor 4, jika menyebutkan 4 tahapan gerak

Skor 3, jika menyebutkan 3 tahapan gerak

Skor 2, jika menyebutkan 2 tahapan gerak

Skor 1, jika menyebutkan 1 tahapan gerak

Pengolahan skor

$$Nilai = \frac{SP}{SM} \times 100$$

Pedoman Penskoran : $\frac{\text{Jumlah Skor Perolehan} \times 100}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} = \text{Nilai Akhir}$

MATERI AJAR

GERAK DASAR *PASSING* BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA BESAR (BOLA VOLI)

URAIAN MATERI :

1. Sejarah permainan voli

Meskipun pada zaman Romawi permainan bolavoli (faustball) sudah lama ada, namun cabang olahraga modern dianggap mulai lahir pada tahun 1895, yang didirikan oleh William C. Morgan, seorang guru pendidikan jasmani dari Young Men Christian Association (YMCA) di kota Holyoke, negara bagian Massachusettes, Amerika Serikat. Pada awalnya cabang olahraga ini diberi nama Mintonette yang kemudian diubah namanya menjadi bolavoli oleh Dr. Alfred T. Halstead dari Springfield, Massachusettes, Amerika Serikat karena pada prinsipnya permainan ini dilakukan dengan cara mem-voli bola melintasi net.

Perubahan nama Mintonette menjadi volleyball (bola voli) terjadi pada tahun 1896, pada demonstrasi pertandingan pertamanya di International YMCA Training School. Pada awal tahun 1896 tersebut, Dr. Luther Halsey Gulick (Director of the Professional Physical Education Training School sekaligus sebagai Executive Director of Department of Physical Education of the International Committee of YMCA) mengundang dan meminta Morgan untuk mendemonstrasikan permainan baru yang telah ia ciptakan di stadion kampus yang baru. Pada sebuah konferensi yang bertempat di kampus YMCA, Springfield tersebut juga dihadiri oleh seluruh instruktur pendidikan jasmani.

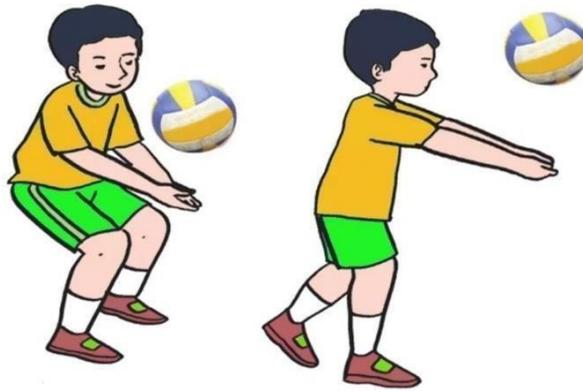
2. Pengertian permainan voli

Permainan bola voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa gerak dasar diantaranya gerak dasar servis, gerak dasar passing dan smash.

3. Gerak Dasar

Gerak dasar *passing* bawah bola voli

Passing bawah merupakan salah satu teknik yang ada dalam permainan bola voli, dimana teknik *passing* bawah ini digunakan untuk menerima servis dari lawan atau digunakan untuk memberikan umpan kepada teman untuk melakukan serangan.



Gambar 3. Gerak dasar passing bawah bola voli

Langkah-langkah Gerak dasar *passing* bola voli :

1. Posisi tubuh tegak dengan kedua kaki yang dibuka selebar bahu. Kedua lutut agak sedikit ditekuk dan badan condong ke depan.
2. Saat akan melakukan passing, pastikan untuk memajukan salah satu kaki ke depan, sebagai langkah persiapan.
3. Posisi lengan pada saat melakukan passing bawah adalah kedua tangan diluruskan kedepan bawah dan dirapatkan. Pastikan jika posisi ibu jari sejajar.
4. Jika bola sudah hampir tiba, arahkan kedua tangan mengikuti arah datangnya bola.
5. Ayunkan kedua tangan untuk memukul bola. Kedua siku tangan harus dipastikandalam posisi lurus.
6. Posisi perkenaan bola passing bawah terletak pada bagian lengan atau bagian atas pergelangan tangan.
7. Ketika tangan memukul bola, luruskan kedua lutut kaki. pindahkan berat badan dengancara melangkahkahkan kaki ke depan.