

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
RPP
Calon Guru Penggerak

Satuan Pendidikan : SDN 2 SENDANGHARJO
Mata Pelajaran : Pendidikan olahraga dan Kesehatan
Materi : Permainan Bola Volly
Kelas / Semester : V / 1
Alokasi waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Peserta didik dapat mengetahui sejarah bola voli .
2. Peserta didik dapat mengetahui Teknik dasar bola voli dan mengetahui fungsi dari setiap teknik yang mereka pelajari
3. Peserta didik dapat memperagakan Teknik dasar yang telah mereka ketahui dengan benar
4. Peserta didik dapat mempraktikan gerak kombinasi gerak Lokomotor nonlokomotor dan manipulate pada permainan Bola voli

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Diskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru memberikan salam bertanya kabar dan memberikan mengingatkan tentang bahaya covid - 19 dan 3M (Memakai Masker, Mencuci Tangan dan Menjaga jarak) <i>Orientasi</i>. ➤ Guru Bersama murid berdoa Bersama dan di pimpin oleh salah satu murid ➤ Guru mengecek kehadiran siswa dan mengabsen perserta didik (<i>Penerapan Disiplin</i>) ➤ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran dalam permainan bola voli serta materi yang akan dicapai ➤ Guru mengaitkan materi yang sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan dengan pengalaman peserta didik. <i>Apersepsi</i> ➤ Guru memberikan gambaran pembelajaran dan manfaat tentang pelajaran yang akan dipelajarinya nanti dengan kehidupan sehari-hari. <i>Motivasi</i> ➤ Guru menyampaikan Rencana kegiatan pembelajaran 	2 Menit

Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru membagi Peserta didik dalam beberapa kelompok ➤ Guru menyampaikan materi Sejarah tentang permainan Voli dan perkembangannya di Indonesia kepada peserta didik. Serta menjelaskan Teknik dasar bola Voli <i>Creaativity and innovation (Mengamati)</i> ➤ Guru menjelaskan dan memperagakan Teknik-teknik dasar dalam permainan bola Voli, dengan media balon/bola plastic <i>Mengkomunikasikan / Communication</i> ➤ Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk menanyakan tentang materi yang disampaikan oleh guru serta memberikan unpan balik kepada peserta didik. <i>Menanya (Critical Thinking and Problem Solving)</i> ➤ Peserta didik mencoba berdiskusi dengan teman dan orang disekitar. <i>Menalar (Collaboration and Communication)</i> ➤ Guru memberi tugas hasil pengamatan yang dilakukan saat guru menjelaskan tentang materi dan praktik yang dilakukan oleh guru <i>Mengkomunikasikan (Communicatiaon)</i> ➤ Guru memberikan Lembar Soal (LKPD) Kepada peserta didik ➤ Guru memberi kesimpulan dari materi yang disampaikan. ➤ Guru Mengevaluasi hasil pembelajaran 	6 Menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guru Bersama Peserta didik melakukan Refleksi apa yang telah dicapai dan yang belum dicapai dari tujuan yang di berikan oleh guru ➤ Guru menginformasikan memberi kesempatan peserta didik untuk mencoba mempratikan gerak dasar Permainan bola voli dipertemuan berikutnya Mencoba (pertemuan selanjutnya) ➤ Guru dan peserta didik berdoa dan ucapan salam serta selalu mengingatkan tentang 3M 	2 Menit

C. PENILAIAN

1. Penilaian LKPD
2. Penilaian Pengetahuan (Tes Tertulis)
3. Penilaian Ketrampilan (Tes Praktik yang dilakukan oleh Peserta didik)

Kepala Sekolah

Blora, 6 Januari 2021
Guru PJOK

Mukti Setyo Wibowo, S.Pd.SD.M.Pd
NIP : 19841120 200903 1 002

Exa Sony Sumalia, S.Pd
NIP :

INSTRUMEN PENILAIAN

1. Penilaian Pengetahuan dengan lembar Tugas (LKPD) yang disediakan oleh guru
 . *Pedoman penskoran : Jumlah skor perolehan X 100 = Nilai Akhir*
 Jumlah skor Maksimal
2. Tes Pengetahuan tertulis.
 Pedoman penskoran : a. Jumlah skor X 3 = 15
 b. Jumlah skor X 5 = 25+
 Jumlah skor Maksimal 40 X 2,5 = 100
3. Penilaian Ketrampilan Praktik Servis Passing, Blockking

Aspek yang di Nilai	Kualitas Gerakan		
	1	2	3
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Peserta Didik mempraktikan Gerakan Servis Bawah ➤ Peserta Didik mempraktikan Gerakan Servis Atas ➤ Peserta Didik mempraktikan Gerakan Passing Bawah ➤ Peserta Didik mempraktikan Gerakan Passing atas ➤ Peserta Didik mempraktikan Gerakan Blocking 			
Jumlah			
Jumlah skor Maksimal 15			

Keterangan :

1. Nilai 1: Apabila gerakannya tidak benar
2. Nilai 2: Apabila gerakannya cukup
3. Nilai 3: Apabila kriteria gerakannya benar

TES PENGETAHUAN

A. Soal pilihan ganda.

1. Siapakah penemu permainan bola voli.....
 - a. J Naismith
 - b. W. G. Morgan
 - c. Cornelius
 - d. James
2. Teknik awal dalam permainan bola Voli adalah
 - a. Passing
 - b. Block
 - c. Servis
 - d. Smesh
3. Apa nama induk organisasi bola Voli Indonesia?
 - a. PBVSI
 - b. PSSI
 - c. PASI
 - d. PRSI
4. Berapakh jumlah pemain Voli?
 - a. 4 orang
 - b. 5 orang
 - c. 3 orang
 - d. 6 orang
5. Apakah fungsi dari blocking?
 - a. Untuk bertahan
 - b. Untuk menghindar
 - c. untuk menyerang
 - d. untuk menghalau

B. Soal esai

1. Apa nama induk bola voli dunia?
Jawaban : _____
2. Sebutkan Teknik dasar bola voli?
Jawaban : _____
3. Siapakah William G Morgan itu?
Jawaban : _____
4. Apakah nama lain dari bola voli?
Jawaban : _____
5. Sebutkan kombinasi gerak lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif dalam permainan bola Voli?
Jawaban : _____

MATERI BOLA VOLI PADA PERMAINAN BOLA BESAR

A. SEJARAH

Permainan bola voli pertama kali ditemukan oleh William G Morgan seorang Instruktur Pendidikan Jasmani di Amerika Serikat pada tahun 1895. Saat itu dinamakan Mintonett. Dengan berkembangnya waktu Mintonette berubah nama menjadi Volleyball atau Bola Voli seperti yang dikenal sampai saat ini

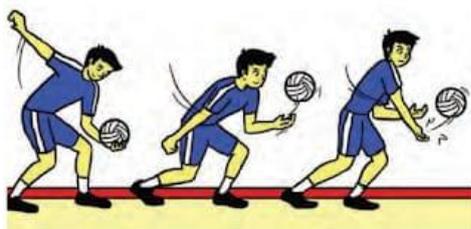
Kemudian William G Morgan membuat Federasi Internasional dengan nama FIBV (Federatio International Volly Ball) Sebagai naungan olahraga Bola Volly Dunia pada tahun 1896.

Di Indonesia sendiri Bola Volli di bawa oleh Pemerintah Hindia Belanda pada tahun 1928. Saat itu olahraga bola volli kurang populer karna hanya dimainkan oleh bangsawan saja. Seiring berjalannya waktu dan Kemerdekaan di Indonesia masyarakat mulai memainkan permainan bola volli dan membuat naungan/Oranisasi di Indonesia dengan nama PBVSI (Persatuan Bola Volley Seluruh Indonesia) pada tanggal 22 Januari 1955.

B. TEKNIK DASAR BOLA VOLI

Teknik dasar dalam permainan Bola Voli antara lain :

1. Servis adalah Pukulan pertama atau serangan pertama dalam permainan bola Voli. Macam-macam servis terdiri dari :
 - a) Servis Atas
 - b) Servis Bawah



Servis Bawah



Servis Atas

2. Passing adalah penerimaan atau umpan bola pertama dari servis lawan pada permainan bola voli. Passing dibagi menjadi 2 yaitu :

- a) Passing Atas
- b) Passing Bawah



Passing Bawah



Passing Atas

3. Blocking adalah Teknik bertahan di atas net yang bertujuan menahan smesh.



C. KOMBINASI GERAK PADA PERMAINAN BOLA VOLI

1. Kombinasi gerak Nonlokomotor dan Manipulative
 - Melakukan gerak servis Bawah
2. Kombinasi gerak Lokomotor Nonokomotor dan Manipulative
 - Berjalan
 - Mengayunkan lengan
 - Memukul Bola.