

Disusun OLEH
ASRIANTO, S.Pd

SKENARIO PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMP N 2 Kuantan Hilir Seberang
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: VII / Ganjil
Materi Pokok	: Aktivitas Permainan Bola Besar Melalui Permainan Bola Voli
Alokasi Waktu	: -

A. Kompetensi Inti

- **KI1 dan KI2: Menghargai dan menghayati** ajaran agama yang dianutnya serta **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.
- **KI3:** Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat teknis dan spesifik sederhana berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, dan kenegaraan terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
- **KI4:** 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
3.1 Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.	3.1.1. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik pasing dan servis bola voli dalam permainan bola voli. 3.1.2. Menjelaskan gerak spesifik pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli. 3.1.3. Menjelaskan cara melakukan gerakan pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli.
4.1 mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional,	4.1.1. Melakukan gerak spesifik gerakan pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli. 4.1.2. Menggunakan gerak spesifik gerakan pasing dan servis bola voli dalam bentuk permainan bola voli yang dimodifikasi.

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. Mengetahui sejarah permainan bola voli dan beberapa teknik dasar permainan bola voli
2. Mengidentifikasi berbagai gerak spesifik pasing dan servis bola voli dalam permainan bola voli.
3. Menjelaskan gerak spesifik pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli
4. Menjelaskan cara melakukan gerakan pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli
5. Melakukan gerak spesifik gerakan pasing dan servis bola voli bola dalam permainan bola voli.
6. Menggunakan gerak spesifik gerakan pasing dan servis bola voli dalam bentuk permainan bola voli yang dimodifikasi.

Pendahuluan

Assalamualaikum wr wb/Selamat pagi semuanya.

Apa kabar Anak – anak Bapak, Sehat semua?/”alhamdulillah luar biasa. Kita semua masih sehat dan tetap semangat”/ Pertama sekali mari kita bersyukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan nikmat yang diberikan oleh Allah Swt, / hari ini kita masih diberi kesehatan sehingga kita masih bisa mengikuti kegiatan pembelajaran // walaupun kita tidak belajar secara tatap muka di sekolah, anak – anak bapak semuanya harus tetap semangat mengikuti kegiatan pembelajaran dari rumah,/tetap ikuti protokol kesehatan/ jaga jarak/mencuci tangan dan juga memakai masker,/ semoga wabah covid 19 ini cepat berlalu,

selawat beriring salam kita kirimkan kepada nabi kita Muhammad SAW dengan mengucapkan Allahumma solli 'ala Muhammad wa'ala ali muhammad,/ Assalamuaalika ya rosulullah,/

Baiklah anak – anak bapak semuanya sebelum kita memulai kegiatan pembelajaran hari ini,/ mari kita berdo'a menurut agama dan kepercayaan masing-masing,/berdo'a mulai/-----/berdoa selesai. Baikla sebelum kita memulai pelajaran kita ada baik nya kita absen dulu, Untuk absen kehadiran/ silakan anak – anak bapak chat melalui WAG kelas. Bisa melalui Google Met link berikut (<https://meet.google.com/ert-axgq-ogm>) dengan cara mengetik nama dan ketik hadir.

Materi yang akan kita pelajari pada hari ini adalah Tehnik Dasar Permainan Bola Voli yaitu Passing dan Servis ./

Kegiatan inti

Baiklah Anak – anak bapak semua, hayo siapa yang suka bermain bola voli ? Bapak yakin anak anak bapak semua banyak yang suka bermain bola voli ./ tentunya kalian juga pasti punya idola pemain bola voli nasional dan internasional yang terkenal?



Ada Giberto Amaury de Godoy Filho lebih dikenal dengan nama Giba yang lahir pada tanggal 23 Desember 1976. Dia adalah seorang mantan pemain bola voli profesional di Brasil. Sabina dari Kazakhstan, Aprilia, Yola Yuliana dan Haryono dari Indonesia dll/ hayo siapa yang mau menjadi pemain bola voli terkenal seperti mereka? Kalau anak anak bapak mau menjadi pemain bola voli terkenal seperti mereka ananda harus rajin latihan bermain bola voli dan juga selalu mengkonsumsi makanan yang bergizi.

Bola Voli merupakan olahraga yang paling populer di seluruh masyarakat kita baik Nasional maupun internasional dan juga merupakan olahraga yang menyenangkan, selain menyenangkan bola voli juga dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani tubuh kita,/ untuk dapat bermain bola voli kita perlu menguasai berbagai gerak dasar dalam permainan sepak bola seperti :

Tehnik Dasar Passing

Tehnik Dasar Servis

Tehnik Dasar Smash

Tehnik Dasar Block

Pada pertemuan ini kita akan mempelajari tentang Sejarah permainan bola voli dan Tehnik tehnik dasar Permainan bola voli yaitunya Passing dan Servis dalam permainan bola voli.

Pada awal penemuannya, olahraga permainan bola voli ini diberi nama Mintonette. Olahraga Mintonette ini pertama kali ditemukan oleh seorang Instruktur pendidikan jasmani (Director of Phsyical Education) yang bernama William G. Morgan di YMCA pada tanggal 9 Februari 1895, di Holyoke, Massachusetts (Amerika Serikat). Organisasi ini didirikan pada tanggal 6 Juni 1884 di London, Inggris oleh George William. Setelah bertemu dengan James Naismith (seorang pencipta olahraga bola basket yang lahir pada tanggal 6 November 1861, dan meninggal pada tanggal 28 November 1939), Morgan menciptakan sebuah olahraga baru yang bernama Mintonette. Sama halnya dengan James Naismith, William G. Morgan juga mendedikasikan hidupnya sebagai seorang instruktur pendidikan jasmani. William G. Morgan yang juga merupakan lulusan Springfield College of YMCA, menciptakan permainan

Mintonette ini empat tahun setelah diciptakannya olahraga permainan basketball oleh James Naismith. Olahraga permainan Mintonette sebenarnya merupakan sebuah permainan yang diciptakan dengan mengkombinasikan beberapa jenis permainan. Tepatnya, permainan Mintonette diciptakan dengan mengadopsi empat macam karakter olahraga permainan menjadi satu, yaitu bola basket, baseball, tenis, dan yang terakhir adalah bola tangan (handball). Pada awalnya, permainan ini diciptakan khusus bagi anggota YMCA yang sudah tidak berusia muda lagi, sehingga permainan ini pun dibuat tidak seaktif permainan bola basket. (<https://id.wikipedia.org/wiki/Bolavoli#Carapermainan>). Permainan Bola Voli merupakan olahraga yang menggunakan bola berbahan karet atau kulit dan dimainkan secara berkelompok oleh dua tim. Setiap tim terdiri dari 6 orang pemain yang area permainannya dipisahkan oleh net. Tujuan olahraga ini adalah memukul bola hingga melewati net sekaligus menjatuhkannya ke lantai lapangan di area lawan. Cara memukul bolanya pun tidak boleh sembarangan, karena ada teknik-teknik tertentu yang harus dikuasai para pemain.

Dalam Permainan bola voli ada beberapa tehnik dasar yang harus di ketahui oleh anak didik bapak semua, untuk pertemuan ini kita hanya akan membahas 2 tehnik dasar permainan bola yaitu Passing dan Servis.

Tehnik Dasar Passing dibagi menjadi 2 dan tehnik dasar servis ada 2 yaitu:



1. Passing (Passing bawah dan Passing Atas)



2. Se rvis (Servis atas dan Servis bawah)

1. *Passing merupakan gerakan mendapatkan bola berasal versus. Passing dibagi menjadi 2 jenis yakni passing bawah yang menggunakan lengan buat menerima bola, dan passing atas yg mendapatkan bola memakai kekuatan jari-jari buat menerima serta mengontrol bola.*

Berikut cara melakukan passing atas serta bawah dalam permainan bola voli.

Passing Atas

Cara melakukan Passing atas merupakan sebagai berikut :

- *Berdiri seimbang menggunakan tumpuan 2 kaki dan salah satu kaki di depan.*
- *Pandangan diarahkan pada bola dan badan sedikit condong ke depan.*
- *Kedua tangan terbuka pada atas pada menggunakan siku bengkok ke samping.*
- *Dorong bola ke atas menggunakan memakai pangkal jari-jari tangan diikuti dengan gerakan meluruskan kedua siku dan ke 2 lutut sebagai akibatnya badan lurus.*
- *Sikap akhir artinya gerak lanjut asal kedua lengan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.*

Kesalahan: *Beberapa kesalahan yg terkadang dilakukan ketika melakukan passing atas adalah perilaku kaku, berdiri tidak seimbang sebab ke 2 kaki tidak dibuka dan sejajar, lutut tak ditekuk, kedua lengan tidak berada pada atas depan ketua, perkenaan bola tidak pada jari-jari tangan, dorongan tidak bersamaan pada waktu meluruskan siku dan lutut, dan tidak diikuti motilitas lanjutan.*

Passing bawah

Cara melakukan Passing bawah merupakan sebagai berikut:

- *Berdiri seimbang menggunakan kedua kaki dibuka selebar bahu serta lutut sedikit ditekuk, dan badan agak condong ke depan.*
- *Ke 2 lengan dirapatkan serta lurus ke depan bawah.*

- Ayunkan kedua lengan secara beserta-sama lurus ke atas depan bersamaan menggunakan meluruskan ke 2 lutut.
- Perkenaan pada kedua tangan.
- Perilaku akhir adanya motilitas lanjut dari lengan yang diikuti anggota tubuh lainnya.

Kesalahan: Beberapa kesalahan yang terkadang dilakukan waktu melakukan Passing bawah adalah perilaku badan kaku, berdiri tak seimbang sebab kedua kaki tidak dibuka, lutut tak ditekuk, kedua lengan kurang rapat, ayunan lengan serta meluruskan lutut tidak bersamaan, perkenaan bola tidak pada ke 2 tangan, dan tidak diikuti motilitas lanjutan.

2. **service** adalah sesuatu gerakan melempar **bola** melewati net menuju ke arah daerah lawan yang dilakukan oleh sebuah tim untuk mengawali sebuah pertandingan. Penjelasan: ... Fungsi servis adalah mengawali **permainan** dan tentunya untuk mendapatkan poin. Atau Servis bawah, merupakan teknik yang dilakukan guna memasukan bola dari luar lapangan kedalam area musuh dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang menggenggam, dimana pukulan ini dilakukan dengan cara bola sedikit dilambungkan kemudian dipukul di bagian bawah pusar perut.

Cara Melakukan Servis bawah

- Berdiri dengan kaki kiri di depan, kaki kanan di belakang.
- Bola dipegang oleh tangan kiri.
- Kemudian lambungkan bola ke atas agak ke belakang melebihi tinggi kepala.
- Lalu pada saat yang bersamaan, dengan gerakan badan ke depan, bola dipukul menggunakan tangan kanan.
- Perkenaan bola tepat pada tangan, dan telapak tangan menghadap ke arah bola.
- Pukulan bola dilakukan dengan tangan dalam keadaan terbuka dan rapat.
- Setelah bola dipukul, diteruskan dengan melangkahkkan kaki kanan ke depan.

Servis atas, merupakan teknik yang dilakukan guna memasukan bola dari luar lapangan kedalam lapangan area musuh dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka dan rapat, serta bola dipukul menggunakan telapak tangan. Bola yang dipukul pun harus dilambungkan dengan tinggi diatas kepala dan dipukul sebelum melewati kepala.

Cara Melakukan Servis Atas

- Langkahkan salah satu kaki ke depan dengan Posisi badan dalam keadaan tegap, lurus, dan rileks.
- pegang bola dengan kedua tangan dengan posisi tangan kiri di bawah dan tangan kanan di atas
- Bola dilambungkan lebih tinggi beberapa meter di atas kepala.
- Pukul bola dengan kuat menggunakan telapak tangan yang terbuka dan jari-jari yang rapat sebelum turun melewati kepala.
- Usahakan Bola melewati net.

Baiklah untuk lebih jelasnya, bapak akan medemostrasikan pada video berikut ini...../

Membuat video praktik pembelajaran yang berisi

1. Gerakan pemanasan
2. Gerakan inti
3. Gerakan pendinginan

Penutup

Setelah menontonton video tadi, apakah ananda sudah paham tentang tehnik Dasar Passing dan Servis dalam permainan bola voli ?

Jadi Tehnik Dasar Permainan bola voli yang kita pelajari sekarang itu ada berapa? Ada dua:

Yang pertama tehnik dasar Passing (Passing bawah dan Passing atas dan yang kedua tehnik dasar Servis (servis bawah dan servis atas)

Sekarang silahkan anak-anak bapak praktikkan gerakan tersebut di rumah bersama anggota keluarga atau bersama teman yang ada dekat rumah anak-anak bapak. Ingat sebelum melakukannya anda harus melakukan gerakan pemanasan terlebih dahulu agar tidak terjadi cedera

Tugas yang akan anda lakukan adalah

1. Merekam gerakan Teknik dasar passing dan Servis permainan bola voli yang anak-anak bapak lakukan, boleh dibantu oleh keluarga atau teman yang ada di dekat rumah, bagi anak-anak bapak yang tidak punya bola voli di rumah, silahkan di pinjam pada teman atau tetangga di dekat rumah anda masing-masing atau bisa juga dimodifikasi menggunakan bola plastik mainan,
2. Mengerjakan lembar kerja peserta didik berupa soal essay sebanyak 5 soal,

Tugas dikumpulkan melalui WAG kelas atau bisa juga dikumpulkan melalui Google Classroom kalau ada pertanyaan silahkan nanti bertanya lewat WAG kelas, dan Google Classroom /

Sebelum kita tutup kegiatan hari ini, mari kita berdo'a menurut agama dan kepercayaan masing-masing, berdo'a mulai-----berdo'a selesai.

Demikianlah kegiatan pembelajaran kita hari ini, kita tutup dengan sama-sama membaca hamdalah, alhamdulillah i robbil alamin.

Sampai jumpa pada pembelajaran selanjutnya, tetap jaga kesehatan dan tetap semangat...

Wassalamualaikum warohmatullahi wabarokatuh.

Salam olahraga /!!! Jaya!

Lembar Kerja Peserta Dedik

Jenis Soal Esay

Jawablah Pertanyaan di bawah ini dengan benar

1. Pada awal penemuannya, olahraga permainan bola voli ini diberi nama Mintonette. Olahraga Mintonette ini pertama kali ditemukan oleh seorang Instruktur pendidikan jasmani (Director of Physical Education) yang bernama!
2. Sebutkan Macam – macam tehnik dasar dalam permainan bola voli!
3. Setelah mempelajari materi tentang permainan bola tentang Passing dan servis Jelaskan menurut pendapat ananda apa yang dimaksud dengan Passing dan Servis!
4. Jelaskan Bagaimana cara melakukan Passing bawah!
5. Diwaktu pelaksanaan Passing bawah disaat bola menyentuh dengan kedua lengan, bola tersebut berpindah ke arah sebelah kanan, menurut anak-anak bapak hal apa yang menyebabkan bola tidak lurus arahnya? Jelaskan.