

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK  
(LKPD - 1)  
BOLA BASKET  
PENGETAHUAN**



Nama Siswa : .....

Kelas : .....

Sekolah : SDN SUMBERARUM 1 NGRAHO

**A. Kompetensi Dasar**

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. \*

**B. Indikator**

3.1.1 Menjelaskan pengertian dari gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif

3.1.2 Menjelaskan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket

**C. Tujuan**

Siswa menemukan kebutuhan belajar yang belum terpenuhi


**D. Informasi Pendukung**

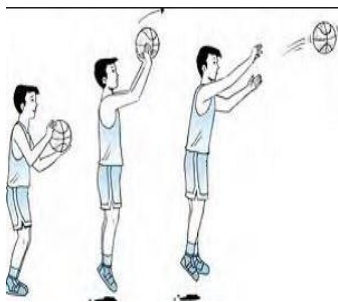
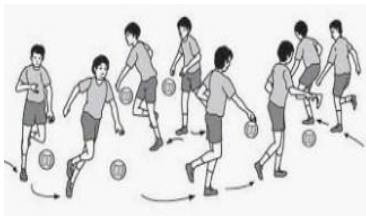
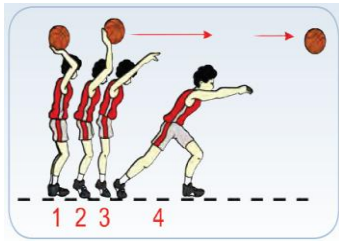
1. Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat
2. Gerak non-lokomotor adalah gerak tidak berpindah tempat
3. Gerak manipulative adalah gerakan untuk melakukan suatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil.
4. Kombinasi gerak dasar adalah menggabungkan 2 atau lebih gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative dalam 1 rangkaian gerak.
5. Mengumpan adalah gerakan melempar bola ke teman satu timnya dengan menggunakan satu atau dua tangan. Gerak ini harus bisa dilakukan dalam permainan bola basket, karena untuk mencegah dari lawan yang ingin merebut bola.

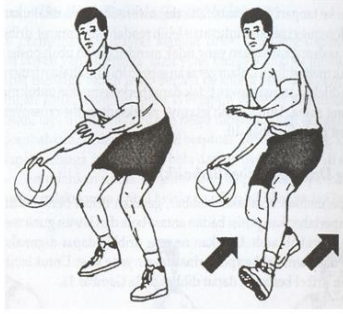
6. Memantulkan bola adalah membawa bola ke depan / belakang / kanan / kiri dengan cara memantul-mantulkan bola kelantai dengan satu tangan atau secara bergantian baik dengan berjalan maupun berlari.

**E. Petunjuk**

1. Setelah kalian mengamati gambar gerak dasar melempar, menangkap, dan menggiring dalam permainan bola basket
2. Checklist hasil pengamatan yang menurut kelompokmu termasuk gerak lokomotor, non-lokomotor, manipulatif pada kolom dibawah ini !

	Gerak dasar	Gerak lokomotor	Gerak non-lokomotor	Gerak manipulatif	Keterangan
1					





--	--	--	--	--

**Lembar Kerja Peserta Didik  
(LKPD 2)  
BOLA BASKET  
Keterampilan**



Nama Kelompok : .....

Nama Anggota : 1) .....  
2) .....  
3) .....  
4) .....  
5) .....

Kelas : V

**A. Kompetensi Dasar**

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. \*

**B. Indikator**

- 4.1.1 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif secara individu dalam permainan bola basket
- 4.1.2 Mempraktikkan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, manipulatif secara berkelompok / berpasangan dalam permainan bola basket
- 4.1.3 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola basket

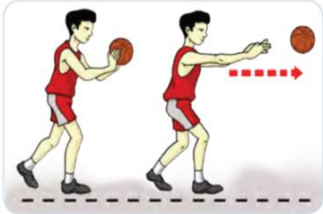
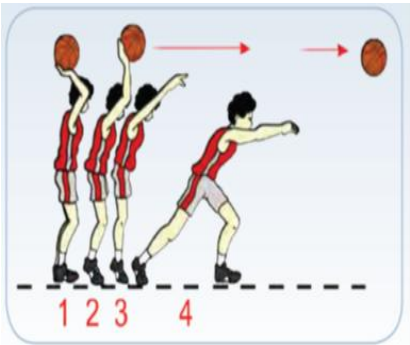
**C. Tujuan**

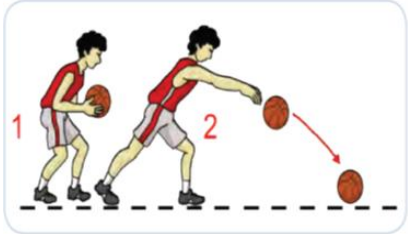

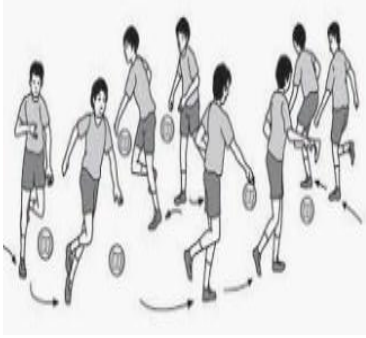
Siswa menemukan kebutuhan belajar yang belum terpenuhi

D. Petunjuk

1. Siswa dibagi kelompok beranggotakan 4-5 orang
2. Setiap kelompok secara bergantian melakukan rangkaian gerak melempar, menangkap, menggiring dalam permainan bola basket
3. Amati gerakan yang dilakukan oleh kelompok yang memperagakan
4. Isikan hasil pengamatanmu pada lembar observasi dibawah ini dengan tanda (✓) pada kolom kualitas gerak
  - Nilai 4 jika mampu melakukan keseleruhan kriteria
  - Nilai 3 jika mampu melakukan 3 kriteria
  - Nilai 2 jika mampu melakukan 2 kriteria
  - Nilai 1 jika mampu melakukan meskipun kurang benar
5. Tuliskan kesimpulan tentang perbaikan gerak dasar pada kolom yang sudah disediakan

1. Lembar observasi

No	Aspek pengamatan	Bagaimana bentuk gerakan yang kalian amati	Kualitas Gerak			
			1	2	3	4
1		<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				
2		<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>				

		..... .....				
3		..... ..... ..... ..... ..... ..... .....				
4		..... ..... ..... .....				
5		..... ..... ..... .....				

2. Kesimpulan

## E. Rambu-rambu

### 1. Lemparan dada

- a. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu, dan lutut sedikit ditekuk, Badan dicondongkan kedepan.
- b. Bola dipegang dengan kedua telapak tangan dan jari-jari terbuka
- c. Tekuk kedua siku dengan mendekati badan, dan aturlah bola setinggi dada
- d. Langkahkan kaki kiri atau kanan kedepan kearah sasaran. Kemudian kedua lengan menolak lurus kedepan

### 2. Lemparan atas kepala

- a. Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk.
- b. Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk
- c. Bola dipegang dengan kedua tangan dan berada di atas kepala
- d. Kemudian coba kamu lemparkan bola tersebut dengan mendorong bola keatas , bola dilepaskan dengan lecutan ujung jari tangan
- e. Gerakan akhir dengan meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola

### 3. Lemparan pantul

- a. Berdiri dengan kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang, lutut sedikit ditekuk.
- b. Kemudian peserta didik melemparkan bola dengan tolakan dua tangan menyerong kebawah
- c. Bola dilepaskan setinggi pinggang dan harus diarahkan pada suatu tempat (titik) kira-kira 1 meter di depan penerima

### 4. Menggiring

- a. Sikap melangkah kedua kaki agak di tekuk
- b. Badan agak condong kedepan
- c. Dorong bola kelantai dengan menggunakan telapak tangan baik tangan kanan maupun kiri
- d. Sumber gerakan mendorong dari siku
- e. Dalam melakukanteknik dribbling Anda harus memantulkan bola setelah melangkah sebanyak 3 kali, karena jika melebihi maka akan dianggap pelanggaran.



## 5. Menangkap bola

1. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk.
2. Tangan berada didepan dada dengan posisi kedua telapak terbuka menghadap ke depan (arah datangnya bola)