



# LKPD PJOK

(Lembar Kegiatan Peserta Didik)

SMPLB

KELAS VII/B (TUNARUNGU WICARA)

Oleh

Priyo Prasantoso, S.Or,S.Pd.



## PERMAINAN BOLA VOLI

NAMA :  
KELAS :  
NO. ABSEN :

**Satuan Pendidikan** : SLB NEGERI GENDING  
**Jenjang/ Ketunaan** : SMPLB/ Tunarungu Wicara (B)  
**Kelas/Semester** : VII / 1 (Ganjil )  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Materi pokok** : Teknik Dasar Bola voli (Passing bawah)

### KOMPETENSI DASAR

- 3.1 Mengetahui konsep pola gerak dasar permainan bola besar dan / atau permainan tradisional yang dimodifikasi.
- 4.1 Mempraktikkan konsep pola gerak dasar permainan bola besar dan / atau permainan tradisional yang dimodifikasi.

### INDIKATOR

Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental:

- Memahami sikap awal passing bawah
- Memahami gerakan passing bawah
- Melakukan gerakan passing bawah tanpa bola
- Melakukan gerakan passing dengan bola
- Melakukan gerakan passing bawah dengan bola di tempat
- Melakukan gerakan passing bawah dengan bola sambil berjalan
- Melakukan gerakan passing bawah dengan bola memantul ke tembok
- Melakukan rangkaian gerakan passing bawah sesuai latihan sebelumnya



Nama Siswa	:	
Kelas	:	

➤ **Petunjuk Kegiatan : Pilihlah Jawaban yang paling benar pada soal pilihan berikut !**

1. Teknik dasar utama dalam permainan bola voli, yaitu
  - A. Passing
  - B. Servis
  - C. Smash

2. Perhatikan gambar berikut !



Apa nama teknik dasar pada gambar diatas ?

- A. Servis Bawah
  - B. Tosser
  - C. Passing Bawah
3. Apa nama organisasi/ persatuan bola voli seluruh indonesia ?
    - A. PSSI
    - B. PBVSI
    - C. IPSI
  4. Bagaimanakah posisi kaki yang benar dalam melakukan teknik dasar passing bawah ?
    - A. Kaki sedikit ditekuk dan dibuka selebar bahu
    - B. Kaki dibuka selebar-lebarnya
    - C. Kaki lurus
  5. Bagaimanakah posisi lengan tangan yang benar dalam melakukan teknik dasar passing bawah ?
    - A. Lengan tangan ditekuk dan jari tangan menggenggam
    - B. Lengan tangan lurus dan jari tangan terbuka
    - C. Lengan tangan lurus dan jari tangan menggenggam



# LEMBAR KERJA SISWA

## PJOK KELAS 7/B

### PERMAINAN BOLA BESAR

#### (BOLA VOLI)



Pertemuan Ke - 1

Passing bawah tanpa bola



x Melakukan Latihan  
 Menit

NAMA SISWA : .....

NAMA SEKOLAH : .....

### Petunjuk

1. Isi dengan durasi waktu latihan pada lingkaran yang disediakan
2. Isi dengan jumlah pengulangan latihan pada lingkaran yang disediakan



Passing bawah dengan bola

x Melakukan Latihan  Menit



### MEDIA YANG DISIAPKAN



Bola Karet / Balon



Bola voli



Bola Plastik

Jangan Lupa Kirim Hasil Latihanmu berupa video dengan durasi 1-2 menit



Jika tidak bisa mengirimkan dalam bentuk foto/video, maka kerjakan LKS ini dan kumpulkan kepada Guru PJOK mu !



# LEMBAR KERJA SISWA

## PJOK KELAS 7/B

### PERMAINAN BOLA BESAR (BOLA VOLI)



Pertemuan Ke - 2

Passing bawah ditempat



x Melakukan Latihan  
 Menit

NAMA SISWA : .....

NAMA SEKOLAH : .....

### Petunjuk

1. Isi dengan durasi waktu latihan pada lingkaran yang disediakan
2. Isi dengan jumlah pengulangan latihan pada lingkaran yang disediakan

Passing bawah sambil berjalan

x Melakukan Latihan  
 Menit



### MEDIA YANG DISIAPKAN



Bola Karet / Balon



Bola voli



Bola Plastik

Jangan Lupa Kirim Hasil Latihanmu berupa video dengan durasi 1-2 menit



Jika tidak bisa mengirim dalam bentuk foto/video, maka kerjakan LKS ini dan kumpulkan kepada Guru PJOK mu !



# LEMBAR KERJA SISWA

## PJOK KELAS 7/B

### PERMAINAN BOLA BESAR

#### (BOLA VOLI)



Pertemuan Ke - 3

#### Rangkaian Passing Bawah



Passing bawah tanpa bola

- x Melakukan Latihan
- Menit

Passing bawah ditempat

- x Melakukan Latihan
- Menit



Passing bawah sambil berjalan

- x Melakukan Latihan
- Menit

NAMA SISWA : .....

NAMA SEKOLAH : .....

#### Petunjuk

1. Isi dengan durasi waktu latihan
2. Isi dengan jumlah pengulangan latihan pada lingkaran yang disediakan



Passing bawah ke tembok

- x Melakukan Latihan
- Menit



#### MEDIA YANG DISIAPKAN



Bola Karet / Balon



Bola Plastik



Bola voli

Jangan Lupa Kirim Hasil Latihanmu berupa video dengan durasi 1-2 menit



Jika tidak bisa mengirim dalam bentuk foto/video, maka kerjakan LKS ini dan kumpulkan kepada Guru PJOK mu !



## Rubrik Penilaian Pengetahuan

Teknik Penilaian : Hasil jawaban tes penilaian berupa butir soal-soal yang telah diberikan melalui grup whatsapp atau googleform.

Jawaban benar skor 1 dan jawaban salah skor 0.

Kunci Jawaban Tes Kognitif :

1. A
2. C
3. B
4. A
5. C

$$\text{Pedoman penilaian} \rightarrow \text{nilai} = \frac{\text{jumlah skor}}{5} \times 20$$

## Rubrik Penilaian Sikap

Teknik Penilaian : Observasi sikap peserta didik selama kegiatan pembelajaran melalui grup whatsapp

Aspek yang dinilai	
<b>A. Disiplin dalam pengumpulan tugas</b>	<b>B. Tanggung jawab terhadap tugas</b>
<b>Indikator Penilaian :</b> 1. Tugas selesai tepat waktu (skor : 4) 2. Tugas belum selesai pada waktu yang ditentukan (skor ;2)	<b>Indikator Penilaian :</b> 1. Ikut serta dalam forum diskusi (Skor : 4) 2. Tidak ikut berpartisipasi dalam forum diskusi (skor :2)
<b>C. Kerja keras dalam penyelesaian tugas</b>	<b>D. Sopan santun dalam perilaku dan ucapan</b>
<b>Indikator Penilaian :</b> 1. Siswa pantang menyerah dalam menemukan penyelesaian tugas (skor :4) 2. Siswa Kurang berusaha dalam menyelesaikan tugas (Skor:3) 3. Siswa tidak berusaha menyelesaikan tugas (Skor :2)	<b>Indikator Penilaian :</b> 1. Selalu menunjukkan Sopan santun dalam perilaku dan ucapan (skor 4) 2. Memiliki perilaku yang sopan namun bahasa yang digunakan kurang sopan (skor :3) 3. Sesekali masih terlihat sikap dan bahasa yang kurang sopan (skor : 2)

$$\text{Pedoman penilaian} \rightarrow \text{nilai} = \frac{\text{skor A+B+C+D}}{4} \times 10$$

## Rubrik Penilaian Keterampilan

Teknik Penilaian : Observasi dilakukan saat mengirim hasil video praktik di grup whatsapp

Aspek yang dinilai	Indikator penilaian	Skor
Melakukan gerakan passing bawah tanpa bola	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	2
Melakukan gerakan passing dengan bola	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	2
Melakukan gerakan passing bawah dengan bola di tempat	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	2
Melakukan gerakan passing bawah dengan bola sambil berjalan	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	2
Melakukan gerakan passing bawah dengan bola memantul ke tembok	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	2
Melakukan rangkaian gerakan passing bawah sesuai latihan sebelumnya	Sikap awal, posisi lengan tangan, posisi kaki dan gerakan lanjutan passing bawaah yang benar	4

Pedoman penilaian ->  $nilai = \frac{Jumlah\ Skor}{14} \times 60$

**Total nilai = nilai kognitif + nilai afektif + nilai Psikomotor**