

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah :SDN Campurejo I Bojonegoro.  
 Mata Pelajaran : PJOK  
 Kelas/Semester : V / Genap  
 Materi / Sub Materi :Permainan Bola Volly / Pasing Bawah  
 Alokasi Waktu : 10 menit

### A. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah menyimak materi dan video pembelajaran tentang gerak pasing bawah pada permainan bola volly siswa mampu menjelaskan gerak pasing bawah dengan baik dan benar.
2. Setelah menyimak materi dan video pembelajaran tentang gerak pasing bawah pada permainan bola volly siswa mampu menentukan kriteria gerak pasing bawah minimal 3 kriteria.
3. Setelah menyimak materi dan video pembelajaran tentang gerak pasing bawah pada permainan bola volly siswa ditugaskan membuat rekaman video praktek gerakan pasing bawah durasi 2 menit dan mengirimkan rekaman video praktek ke grup Wa kelas.

### B. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
Pendahuluan		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengucapkan salam dan menanyakan kabar keadaan siswa.</li> <li>• Kelas diawali dengan do'a.</li> <li>• Guru mengaikan materi pembelajaran dengan kegiatan dengan kegiatan sehari hari.</li> <li>• Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.</li> </ul>	2 menit
Kegiatan Inti	Materi : <i>Pasing bawah</i>	
	<div style="text-align: center;">   </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak materi dan video pembelajaran.</li> <li>• Secara acak siswa menjelaskan pengertian pasing bawah pada permainan bola volly</li> <li>• Guru memberikan penguatan tentang penjelasan siswa tentang pasing bawah.</li> <li>• Secara acak siswa menentukan kriteria pasing bawah yang baik minimal 3 kriteria.</li> <li>• Guru memberikan penguatan tentang penjelasan siswa tentang kriteria pasing bawah yang baik.</li> <li>• siswa ditugaskan membuat rekaman video praktek gerakan pasing bawah durasi 2 menit dan mengirimkan rekaman video praktek ke grup Wa kelas</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div>	6 menit
<p><b>Catatan :Selama pembelajaran berlangsung, guru mengamati sikap siswa dalam pembelajaran yang meliputi sikap: nasionalisme, disiplin, rasa percayadiri, berperilaku jujur, Tangguh menghadapi masalah tanggung jawab, rasa ingin tahu, peduli lingkungan</b></p>		
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Refleksi</li> <li>• Menyampaikan materi berikutnya.</li> <li>• Penutup dan do'a</li> </ul>	2 Menit

BAHAN AJAR

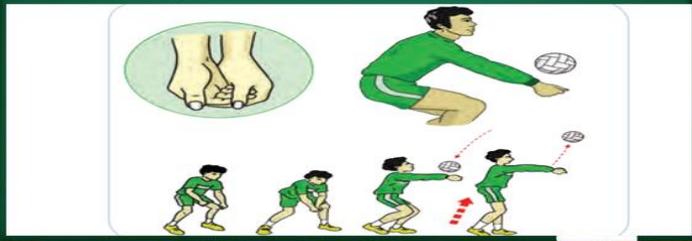
Bahan ajar.

### PASSING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLLY



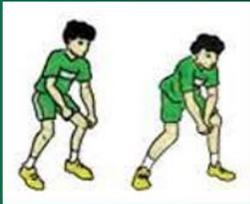
### PASSING BAWAH

Passing bawah adalah cara mengoper atau menerima bola dengan menggunakan kedua tangan lurus bersamaan.



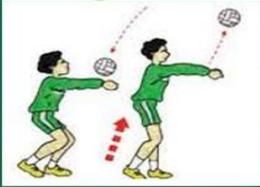
### SIKAP AWAL

1. Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu, salah satu kaki di depan, dan kedua lutut kaki di tekuk
2. Badan agak condong ke depan, pandangan ke arah datangnya bola
3. Kedua lengan di luruskan ke depan bawah dengan kedua telapak tangan di rapatkan.



### SAAT PERKENAAN

1. Perkenaan tangan dengan bola tepat di bidang datar lengan bawah dekat pergelangan tangan.
2. Kedua lengan lurus dan kedua siku ditegangkan
3. Perpindahan kaki, tangan, badan menyesuaikan arah datangnya bola.
4. Pada saat memantulkan bola, gerakan kedua lengan ke atas dengan sumber gerakan dari pangkal bahu dibantu dengan meluruskan kedua lutut. Dan sikap badan tetap membungkuk.

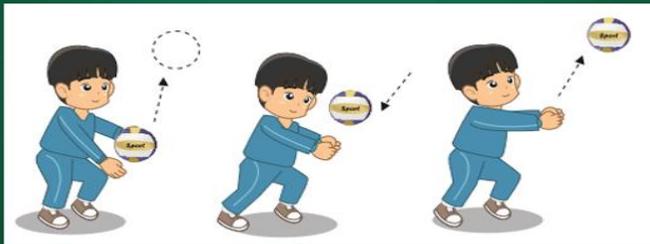


## SIKAP AKHIR

Setelah berhasil memantulkan bola, segeralah kembali bersiap untuk memainkan bola selanjutnya.

## GAMBAR PASSING BAWAH

### 1. PASSING BAWAH DIAM DI TEMPAT



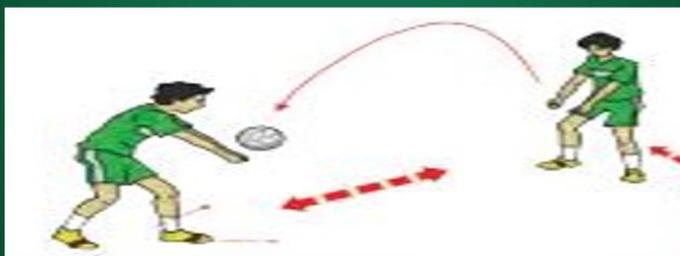
## GAMBAR PASSING BAWAH

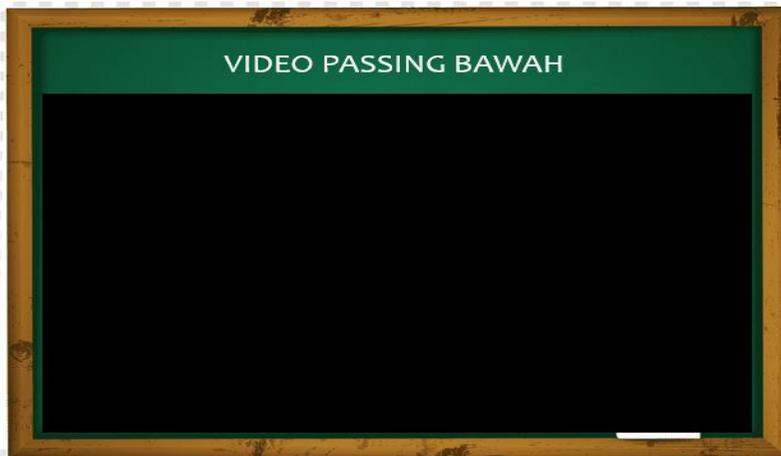
### 2. PASSING BAWAH SAMBIL BERJALAN



## GAMBAR PASSING BAWAH

### 3. PASSING BAWAH BERPASANGAN





<https://www.youtube.com/watch?v=k0a6ivgWRIE>

## Penilaian Hasil Pembelajaran

### Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

#### 1. Teknik Penilaian

##### a. Penilaian Sikap

Penilaian sikap dilakukan melalui observasi yang dilakukan melalui kegiatan dan keaktifan siswa

##### b. Penilaian Kompetensi Pengetahuan

- Pilihan ganda
- Uraian / esai

##### c. Penilaian Kompetensi

###### Keterampilan Teknik penilaian

Tes Unjuk Kerja (Praktek)

#### 2. Instrumen Penilaian

- (Terlampir)

#### 3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

##### a. Remedial

- ❖ Remedial dapat diberikan kepada peserta didik yang belum mencapai KKM maupun kepada peserta didik yang sudah melampaui KKM. Remedial terdiri atas dua bagian:  
remedial karena belum mencapai KKM dan remedial karena belum mencapai Kompetensi Dasar
- ❖ Guru memberi semangat kepada peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Guru akan memberikan tugas bagi peserta didik yang belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal), misalnya sebagai berikut.
  - ✦ *Bagi peserta didik yang belum memahami pelajaran ini, guru memberikan tugas, dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang lebih sederhana,*

##### b. Pengayaan

- ❖ Pengayaan diberikan untuk menambah wawasan peserta didik mengenai materi pembelajaran yang dapat diberikan kepada peserta didik yang telah tuntas mencapai KKM atau mencapai Kompetensi Dasar.
- ❖ Pengayaan dapat ditagihkan atau tidak ditagihkan, sesuai kesepakatan dengan peserta didik.
- ❖ Direncanakan berdasarkan IPK atau materi pembelajaran yang membutuhkan pengembangan lebih luas misalnya *Sebagai pengayaan, guru dapat memberi tugas kepada peserta didik..*

Bojonegoro, 06 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala SDN Campurejo I Bojonegoro

Guru Mata Pelajaran

**Drs. Musiyanto**  
NIP.19641015 198504 1 002

**Bagus Purnawan, S.Pd**  
NIP. 19820807 201406 1 003

## Instrumen Penilaian

### Penilaian Sikap

Satuan Pendidikan : SDN CAMPUREJO I BOJONEGORO

Mata Pelajaran :PJOK

Kelas/Semester :V/Genap

TahunPelajaran :2021/2022

No.	Nama peserta didik	Aktifitas															
		Kerjasama				Keaktifan				Partisipasi				Inisiatif			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1																	
2																	

Rubrik penilaian:

1. Apabila peserta didik belum memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator.
2. Apabila sudah memperlihatkan perilaku tetapi belum konsisten yang dinyatakan dalam indikator.
3. Apabila sudah memperlihatkan perilaku dan sudah kosisten yang dinyatakan dalam indikator.
4. Apabila sudah memperlihatkan perilaku kebiasaan yang dinyatakan dalam indikator.

#### Catatan:

Penguasaan nilai disesuaikan dengan karakter yang diinginkan. Rentang Skor = Skor Maksimal– Skor Minimal

$$=16-4$$

$$=12$$

<b>MK</b> =	<b>14-16</b>
<b>MB</b> =	<b>11-13</b>
<b>MT=</b>	<b>8-10</b>
<b>BT=</b>	<b>4-7</b>

Keterangan:

BT	Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).
MT	Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indicator tetapi belum konsisten).
MB	Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan Berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indicator
MK	Mulai membudaya / terbiasa (apabila peserta didik terus-menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indicator secara konsisten).

**Penilaian  
Pengetahuan Soal  
Uraian/Esay**

Satuan Pendidikan : SDN CAMPUREJO I BOJONREGORO

Mata Pelajaran :PJOK

Kelas/Semester :V/Genap

Tahun Pelajaran :2021/2022

	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jumlah Soal
1	3.2 Menerapkan prosedur variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulative dengan control yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.*	✦ Pola Gerak Dasar Passing bawah permainan volly	<ul style="list-style-type: none"> <li>✦ Menjelaskan pola gerak dasar Passing Bawah</li> <li>✦ Langkah-langkah apa yang dilakukan dalam passing bawah bola voli</li> <li>✦ Bagaimana cara melakukan gerak yang ada dalam passing bawah bola voli.</li> </ul>	Uraian	3

Contoh butir soal:

- ✦ *Jelaskan pola gerak dasar passing bawah dalam permainan bola voli....*
- ✦ *Langkah – langkah apa yang di lakukan dalam passing bawah bola voli....*
- ✦ *Bagaimana cara melakukan passing bawah yang baik ....*

**Pedoman Penskoran Soal Uraian**

No.SoaI	Rubrik	Skor
1	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar.	4
2	Siswa dapat menyebutkan jawaban dengan baik dan benar,tapi kurang lengkap.	3
3	Siswa dapat menyebutkan jawaban tapi salah sebagian besar.	1
	Skor Maksimum	8

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

**Penilaian**  
**Keterampilan Tes Ujuk**  
**Kerja(Praktek)**

Satuan Pendidikan : SDN CAMPUREJO I BOJONEGORO

Mata Pelajaran :PJOK

Kelas/Semester :V/Genap

Tahun Pelajaran :2021/2022

No.	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Teknik Penilaian
	4.2Mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dengan kontrol yang baik dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.*	✦ Passing bawah permainan volly	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan pola gerak dasar passing bawah dengan cara diam di tempat</li> <li>• Mempraktikkan pola gerak dasar Passing bawah dengan berjalan</li> <li>• Mempraktikkan pola gerak dasar passing bawah dengan berpasangan</li> </ul>	Penugasan

**Tugas:**

- ✦ Mempraktikkan pola gerak dasar Passing Bawah
  - Hasil peragaan dibuat dalam bentuk foto atau video dan kemudian dikirim melalui WhatsApp Grup.

Rubrik Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek yang dinilai			Jumlah Skor	Nilai Akhir
		Sikap Awal	Perkenaan bola	Sikap akhir/lanjutan		

Penskoran:

Skor maksimal: Sikap Awal =3  
 Perkenaan bola = 4Sikap akhir/lanjutan =3  
 Jumlah Skor maksimal =10

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

## INSTRUMEN REMEDIAL

**Satuan Pendidikan : SDN CAMPUREJO I BOJONEGORO**

**Mata Pelajaran : PJOK**

**Kelas/Semester : V/Genap**

**Tahun Pelajaran : 2021/2022**

Remedial dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai tidak memenuhi KB (Ketuntasan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya: remedial terhadap tiga peserta didik.

No.	Nama Peserta Didik	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Remedial	Nilai	
								Awal	Remedial

## FORMAT PENGAYAAN

**Satuan Pendidikan : SDN CAMPUREJO I BOJONEGORO**

**Mata Pelajaran : PJOK**

**Kelas/Semester : V/Genap**

**Tahun Pelajaran : 2021/2022**

Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan penilaian pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik, nilai yang dicapai melampaui KB (Ketuntasan Belajar) yang telah ditentukan, berikut contoh formatnya

No.	Nama Peserta Didik	KD	Aspek	Materi	Indikator	KB	Bentuk Pengayaan	Nilai	
								Awal	Pengayaan

Bojonegoro, 06 Januari 2022

Mengetahui  
Kepala SDN Campurejo I Bojonegoro

Guru Mata Pelajaran

**Drs. Musiyanto**  
NIP.19641015 198504 1 002

**Bagus Purnawan, S.Pd**  
NIP. 19820807 201406 1 003

## MEDIA DAN ALAT

### A. Media pembelajaran

- Perangkat Laptop



- VIDEO YOUTUBE



- Proyektor/LCD



- Bola voli modifikasi "bola lastik "



## LKPD PASSING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

NamaSiswa :

Kelas :

Tema/Subtema :Permainan Bola volly / Passing Bawah

- Pilihan ganda
  - 1) Teknik dasar bola voli, meliputi ...
    - a. Menendang, menggiring, dan menyundul bola
    - b. Memukul, menggiring, dan menyundul bola
    - c. Menggiring, menangkap, dan menembak
    - d. Passing, servis, dan smash
  - 2) Teknik permainan bola voli yang bertujuan untuk mengambil bola hasil servis lawan dinamakan ...
    - a. Blocking
    - b. Spike
    - c. Smash
    - d. Passing
  - 3) Teknik dasar yang wajib pertama kali dipelajari oleh pemula dalam permainan bola voli adalah ...
    - a. Servis
    - b. Smash
    - c. Passing
    - d. Blocking
  - 4) Jumlah pemain bola voli dalam satu regu adalah ... orang
    - a. 5
    - b. 6
    - c. 7
    - d. 8
  - 5). Gerakan bola hasil passing bawah dalam bola voli adalah ...
    - a. Memantul
    - b. Kembali
    - c. Melengkung
    - d. Menukik
- Uraian/esai
  1. Sebutkan keterampilan gerak teknik dasar permainan bola voli!...
  2. Jelaskan cara melakukan gerakan passing bawah dalam permainan bola voli!...
  3. Mengapa dalam melakukan passing bawah perkenaan bola sebaiknya antara pergelangan tangan sampai siku ?
  4. Jelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan teknik dasar pass bawah dalam permainan bola voli.!...
  5. Mengapa Permaian Bola voli disebut permaian bola besar?...

Jawab

- Pilihan ganda
  1. D
  2. D
  3. B
  4. B
  5. A
- Uraian/esai
  1. Teknik servis, passing , smash , block.
  2. Cara melakukan gerakan passing atas dalam permainan bola voli : Berdiri menghadap arah datangnya bola, lutut sedikit ditekuk, berat badan bertumpu pada kedua kaki, Tangan berada di atas depan kepala dengan posisi telapak tangan terbuka penuh, jari-jari saling berhadapan (misalnya ibu jari tangan kanan berhadapan dengan ibu jari tangan kiri), Saat bola datang, tarik lengan searah datangnya bola. Kemudian dorong bola ke atas atau ke arah yang akan dituju dengan menggunakan jari-jari dibantu lecutan pergelangan tangan hingga kedua lengan lurus, Perkenaan bola yakni di ujung-ujung jari tangan.
  3. Agar jalannya bola lebih terarah dan terkontrol.
  4. Kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan teknik dasar passing bawah dalam permainan bola voli: Ketika menerima bola lengan terlalu tinggi, kemudian lanjutan lengan berada di atas bahu, Tubuh terlalu rendah karena pinggang ditekuk sehingga operan terlalu rendah dan kencang. Seharusnya yang ditekuk adalah lutut, Lengan terpisah sesaat, sebelum, pada saat, atau sesaat sesudah menerima bola, Bola mendarat di lengan daerah siku.
  5. Karena permainan bola voli menggunakan media/alat bola besar.