

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : UPT SMPN 1 Ranah Ampek Hulu Tapan
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII / 1
Materi Pokok : Permainan Bola Basket
Pembelajaran ke : 1 (satu)
Alokasi Waktu : 3 JP (1 kali pertemuan)

A. Tujuan Pembelajaran.

Melalui Inquiry / Discovery Learning, peserta didik dapat:

1. Mengidentifikasi macam-macam variasi gerak yang terdapat pada permainan Bola Basket
2. Menjelaskan variasi gerak melempar dan menangkap bola pada permainan Bola Basket
3. Menjelaskan cara melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola pada permainan Bola Basket
4. Melakukan langkah-langkah gerak melempar dan menangkap bola pada permainan Bola Basket
5. Melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola pada permainan Bola Basket dalam berbagai bentuk formasi.
6. Memiliki sikap religius, nasionalisme, percaya diri, kerjasama, kerjakeras dan kejujuran

B. Kegiatan Pembelajaran.

- Pendahuluan (10 menit).
 - ✓ Guru meminta satu orang peserta didik untuk menyiapkan barisan.
 - ✓ Guru memberi salam dan Peserta didik **menjawab salam** guru
 - ✓ Guru meminta satu orang peserta didik memimpin **menyanyikan lagu Indonesia Raya**
 - ✓ Guru meminta satu orang peserta didik memimpin **berdoa** untuk keselamatan dan kebermanfaatannya dalam pembelajaran.

- ✓ Guru menanyakan kehadiran peserta didik dan menanyakan kesiapan mereka untuk belajar.
- ✓ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.
- ✓ Guru merefleksi pembelajaran yang lalu.
- ✓ Guru menanyakan kemampuan awal peserta didik terhadap pembelajaran yang baru.
- ✓ Guru menyampaikan manfaat pembelajaran yang dilakukan dan mengkaitkannya dengan kehidupan.
- ✓ Guru menyampaikan teknik penilaian kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan.
- ✓ Guru membagi peserta didik dalam kelompok-kelompok kecil.

- Kegiatan Inti (70 menit)

- Tahap 1. Merumuskan Pertanyaan.

- (Menetapkan masalah atau topic yang akan diselidiki)

- ✓ Peserta didik **membaca** tentang variasi gerak melempar dan menangkap bola dalam olahraga permainan Bola Basket.
 - ✓ Guru menjelaskan beberapa hal yang berkaitan dengan olahraga permainan Bola Basket seperti variasi gerak spesifik pada permainan Bola Basket, pengertian variasi gerak melempar dan menangkap bola, langkah-langkah melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola dan peserta didik **mendengar** penjelasan guru.
 - ✓ Guru bersama peserta didik merumuskan beberapa pertanyaan seperti:
 - ❖ **Apakah variasi gerak spesifik yang terdapat pada olahraga permainan Bola Basket?**
 - ❖ **Apakah pengertian variasi gerak melempar dan menangkap bola pada olahraga permainan Bola Basket?**
 - ❖ **Bagaimanakah cara melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola pada olahraga permainan Bola Basket?**

- ❖ **Sikap tangan mana saja yang bisa digunakan untuk melempar dan menangkap bola pada olahraga permainan Bola Basket?**
- ✓ **Nilai karakter yang dikembangkan: Mandiri (ingin tau)**

Tahap 2. Merencanakan.

(Merencanakan prosedur dan analisis data)

- ✓ Guru bersama peserta didik merencanakan cara pengumpulan data dan analisis data yang akan digunakan dalam penyelidikan, yaitu:
 - ❖ Peserta didik bersama kelompok **membaca, membuat catatan** dari bacaannya tentang variasi gerak spesifik yang terdapat pada olahraga permainan Bola Basket.
 - ❖ Peserta didik **membaca, membuat catatan** dari bacaannya tentang variasi melempar dan menangkap bola pada permainan Bola Basket yang terdapat pada buku siswa.
 - ❖ Peserta didik **membaca, membuat catatan dari bacaannya** tentang cara melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola melakukan gerak melempar dan menangkap bola pada olahraga permainan Bola Basket yang terdapat pada buku siswa.
 - ❖ Peserta didik **melakukan latihan/mencoba** variasi gerak melempar dan menangkap bola dengan metode Rasiprokal (peserta didik dibagi menjadi dua kelompok, satu kelompok berperan sebagai pelaku dan satu kelompok lagi berperan sebagai pengamat).
 - ❖ Peserta didik melakukan **latihan/mencoba** variasi gerakan melempar dan menangkap bola.
 - ❖ Peserta didik **mendiskusikan** hasil **latihan/mencoba** variasi gerak melempar dan menangkap bola, menganalisisnya dengan materi yang terdapat pada buku yang dibaca.
- ✓ **Nilai karakter yang dikembangkan: Mandiri (kerja keras)**

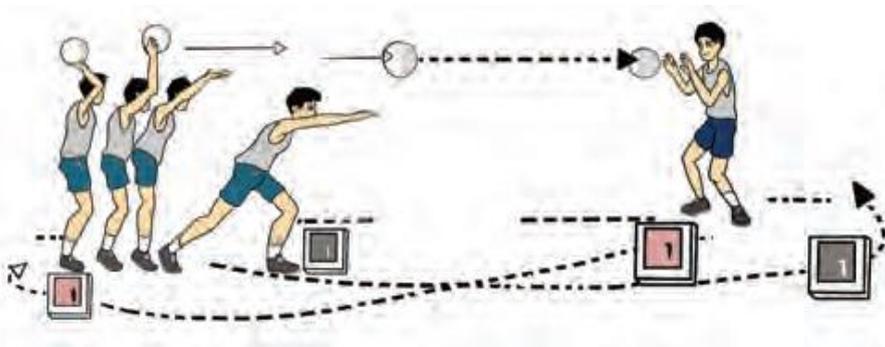
Tahap 3. Mengumpulkan Dan Menganalisis Data.

(Melakukan percobaan-percobaan. Mengumpulkan data hasil percobaan. Menganalisa data)

- ✓ Pemanasan:
 - ❖ Perengangan dinamis dan statis
 - ❖ Peserta didik melakukan pemanasan menggunakan permainan ular menangkap ekor
 - ❖ Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang peserta didik, (A) dan(B)
 - ❖ Peserta didik ada yang menjadi kepala 1 orang dan ada menjadi ekor 1 oang dalam kelompok (A) dan (B)
 - ❖ Masing- masing peserta didik memegang pinggang temanya yang di depan pada masing-masing kelompok (A) dan (B)
 - ❖ Cara bermain: kedua kelompok berlomba menangkap ekor lawan nya sambil memegang temannya dan tidak boleh melepas pegangan pada teman 1 kelompok, siapa kelompok yang terlebih dahulu menangkap ekor lawan maka kelompok tersebut menang dan kelompok kalah akan menerima hukuman.
- ✓ Mengumpulkan data.
 - ❖ Peserta didik **membaca** tentang variasi gerak melempar dan menangkap bola.
- ✓ Peserta didik melakukan **latihan/mencoba** variasi gerak melempar dan menangkap bola menggunakan metode Rasipcoral.
 - ❖ **Tiap kelompok dibagi lagi menjadi dua kelompok kecil dengan peran satu kelompok sebagai pelaku dan satu kelompok lagi berperan sebagai pengamat.**
 - ❖ Peserta didik melakukan **latihan/ mencoba** variasi gerak melempar dan menangkap bola bersama kelompoknya.

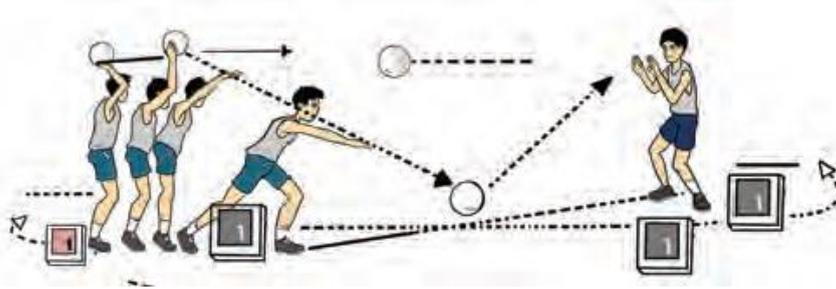
- ❖ Peserta didik mencatat hasil **pengamatan** dan **latihan / mencoba** tentang langkah-langkah melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola di atas kepala dengan berbagai formasi.

1. Aktivitas bermain melempar dan menangkap bola melalui atas kepala sambil maju, mundur dan menyamping dalam permainan bola basket secara berpasangan dan berkelompok dengan baik dan benar



Tahapan Pembelajaran

- ✓ Persiapan: peserta didik dibagi dalam kelompok dan berhadapan berjarak $\pm 4 - 6$ meter, satu kelompok memegang satu buah bola.
 - ✓ Pelaksanaan: lakukan gerak melempar bola melalui atas kepala ke arah teman di depannya. Tahap pertama dilakukan di tempat, tahap kedua bergerak maju, mundur, dan menyamping, tahap ketiga dilakukan dalam formasi berbanjar. Pada tahap ini pemain yang telah melakukan gerakan berpindah tempat. Fokuskan perhatian pada berat badan dibawa ke depan, pelepasan bola dari kedua tangan setelah kedua lengan lurus, arah bola lurus dan datar.
2. Melakukan aktivitas bermain melempar dan menangkap bola pantul melalui atas kepala sambil maju, mundur dan menyamping permainan bola basket secara berpasangan dan berkelompok dengan baik dan benar



Tahapan Pembelajaran

- ✓ **Persiapan:** peserta didik dibagi dalam kelompok dan berhadapan berjarak $\pm 4 - 6$ meter, satu kelompok memegang satu buah bola.
- ✓ **Pelaksanaan:** lakukan gerak melempar bola melalui atas kepala ke arah teman di depannya. Tahap pertama dilakukan di tempat. Tahap kedua bergerak maju, mundur, dan menyamping. Tahap ketiga dilakukan dalam formasi berbanjar. Pada tahap ini pemain yang telah melakukan gerakan berpindah tempat, fokuskan perhatian pada berat badan dibawa ke depan, pelepasan bola dari kedua tangan setelah kedua lengan lurus, arah bola lurus dan datar.
- ✓ **Nilai karakter yang dikembangkan:**
 - **Mandiri (keberanian, kreatif, daya juang, kerja keras)**
 - **Gotong royong (menghargai, kerjasama).**
 - **Integritas (kejujuran, tanggungjawab)**

Tahap 4. Menarik Kesimpulan

(Peserta didik **berdiskusi** untuk **menarik kesimpulan** dari hasil eksperimen dengan bimbingan guru)

- ✓ Peserta didik **menuliskan** tentang langkah-langkah melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola, setelah mendiskusikan data yang diperoleh dari hasil **mengamati** dan **latihan/ mencoba**.

- ✓ Peserta didik **memaparkan/ memperagakan** langkah-langkah melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola bersama kelompoknya depan kelas.

Tahap 5. Penerapan dan Tindak Lanjut.

(Peserta didik **mendiskusikan** kesimpulan dari hasil **latihan/mencoba** dengan bimbingan guru)

- ✓ Peserta didik melakukan variasi gerak melempar dan menangkap bola saat bermain Bola Basket sehari-hari baik di sekolah maupun di lingkungan tempat tinggal sesuai dengan langkah-langkah yang telah **dipaparkan / diperagakan**.
- ✓ **Nilai karakter yang dikembangkan:**
 - **Mandiri (keberanian, kreatif, kerja keras)**
 - **Gotong royong (menghargai, kerjasama)**
 - **Integritas (kejujuran, kerjasama)**
- Penutup (10 Menit).
 - ✓ Guru bersama peserta didik membuat butir-butir **kesimpulan** pembelajaran yang dilakukan.
 - ✓ Guru melakukan penilaian kompetensi pengetahuan dengan mengajukan beberapa pertanyaan, bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pembelajaran.
 - ✓ Guru melakukan penilaian kompetensi keterampilan dengan meminta peserta didik untuk **menampilkan** kembali gerak yang telah dipelajari, bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pembelajaran.
 - ✓ Guru bersama peserta didik **menyimpulkan** pembelajaran yang dilakukan.
 - ✓ Guru memandu peserta didik melakukan pendinginan.
 - ✓ Guru menyampaikan materi untuk pertemuan berikutnya.
 - ✓ Guru meminta satu orang peserta didik memimpin **menyanyikan lagu nasional atau Daerah**
 - ✓ Guru meminta satu orang peserta didik memimpin **doa** sebagai tanda syukur untuk rahmat yang diterimayang diterima.

- ✓ Guru meminta peserta didik ***mengembalikan alat ke tempat semula.***

C. Penilaian Pembelajaran.

1) Jenis dan teknik penilaian.

a. Teknik Penilaian Sikap Spritual.

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
	Observasi	Jurnal	Berdoa sebelum pembelajaran dimulai.	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (asessment of and as learning)

b. Teknik Penilaian Sikap Sosial

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
	Observasi	Jurnal	Menyediakan alat pembelajaran	Saat pembelajaran berlangsung	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (asessment for

c. Penilaian Pengetahuan.

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
	Tes Tertulis	Pertanyaan tertulis berbentuk pilihan ganda	<p>Saat melakukan variasi gerak menlempar bola untuk memperoleh lempar dan tangkap yang baik dipengaruhi oleh sikap kedua tangan yang digunakan untuk melempar bola dan sikap kedua tangan yang tidak digunakan untuk melempar bola. Agar gerakan variasi melempar bola dapat dilakukan dengan baik maka sikap kedua tangan yang tidak melempar bola adalah...</p> <p>A. tangan harus di tekuk kan</p> <p>B. tangan di ayun untuk power</p> <p>C. Jari-jari di buka dengan lebar</p> <p>D. kedua tangan harus rapat</p>	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran (asement of learning)

d. Penilaian Keterampilan.

No	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
	Praktik		Jarak kedua tangan	Setelah pembelajaran usai	Penilaian pencapaian pembelajaran (asessment of learning)

2) Pembelajaran Remedial.

Materi pembelajaran remedial pada dasarnya sama dengan materi pembelajaran reguler yang disederhanakan sehingga lebih mudah dipahami dan dilakukan oleh peserta didik. Materi pembelajaran Remedial diberikan setelah dilakukan analisis hasil penilaian harian. Materi remedial diberikan melalui belajar kelompok dengan memanfaatkan tutor teman sebaya.

3) Pembelajaran Pengayaan

Materi pembelajaran pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran reguler dengan tingkat pembelajaran lebih tinggi

Menyetujui
Kepala Sekolah

Tapan, 20 Juli 2021
Guru PJOK

HASRIMANIZAR
NIP. 19681231 199412 2 004

SUTRA DIANDA, M.Pd. Gr