

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah	: SMK FUTUHIYYAH
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	: X/1 (Ganjil)
Sub. Tema	: Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Materi Pokok	: Pasing Bawah
Alokasi	: 2 x 45 Menit

A. Tujuan Pembelajaran

1. Menganalisis dan Mengidentifikasi Rangkaian Gerakan Pasing Bawah pada permainan bola voli (Gerakan Kaki, Ayunan Tangan, Perkenaan dan Arah Bola)
2. Mengevaluasi dan menjelaskan rangkaian gerakan pasing bawah pada permainan bola voli (Gerakan Kaki, Ayunan Tangan, Perkenaan dan Arah Bola)
3. Mempraktekan rangkaian gerakan pasing bawah pada permainan bola voli (Gerakan Kaki, Ayunan Tangan, Perkenaan dan Arah Bola) dengan baik dan benar

B. Kegiatan Pembelajaran

1. Pendahuluan (20 Menit)

- ✓ Mengumpulkan peserta didik di lapangan dan menuju salah satu peserta didik untuk membuat barisan dengan membentuk syaf dan langsung memimpin Doa
- ✓ Memberikan salam kepada peserta didik
- ✓ Melakukan presensi dan menanyakan kondisi kesehatan peserta didik secara umum dilanjutkan membuat 4 kelompok
- ✓ Melakukan pemanasan di lanjutkan melakukan game permainan kecil berkelompok untuk pengondisian fisik dan mental peserta didik.
- ✓ Memberikan motivasi dan tujuan dari permainan kecil berkelompok kepada seluruh peserta didik
- ✓ Mengaitkan pembelajaran sekarang dengan pengalaman peserta didik atau pembelajaran sebelumnya.
- ✓ Menjelaskan kepada seluruh peserta didik tujuan pembelajaran hari ini

2. Kegiatan inti (60 Menit)

A. Mengamati

- ✓ Peserta didik mengamati contoh yang di peragakan gerakan pasing bawah oleh guru dengan seksama (Gerakan Kaki, posisi lengan, Ayunanlengan, Perkenaan dan Arah Bola)
- ✓ Peserta didik mengamati salah satu kelompok yang di jadikan contoh untuk melakukan gerakan kombinasi pasing bawah yang di lakukan secara rotasi dengan pengamatan perpindahan seseorang yang melakukan pasing bawah dengan Gerakan Kaki, Ayunan Tangan, Perkenaan dan Arah Bola.

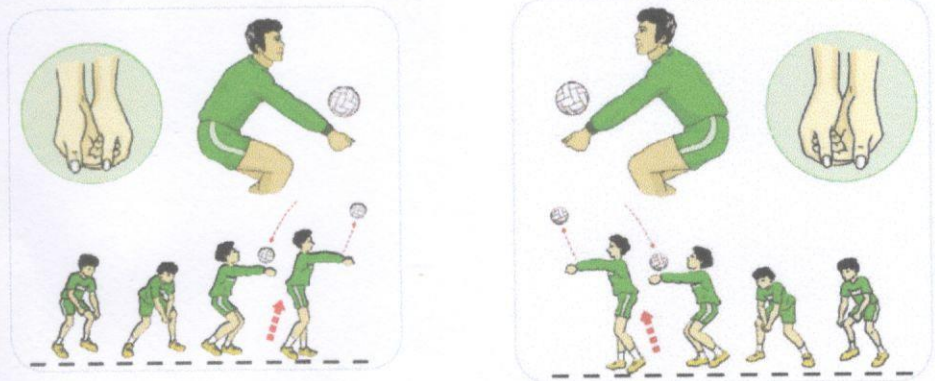
B. Menanya

- ✓ Mempersilahkan peserta didik untuk bertanya tentang tehnik pada gerakan pasing bawah yang yang di amati, kemudian dia praktekkan dan dari yang mereka liat di media cetak yang sudah di bagikan
- ✓ Peserta didik bisa saling bertanya dan berdiskusi dengan teman satu kelompok mengenai kesalahan – kesalahan gerakan tehnik pasing bawah
- ✓ Apa bila peserta didik mengalami kesulitan, maka di perbolehkan bertanya kepada guru.

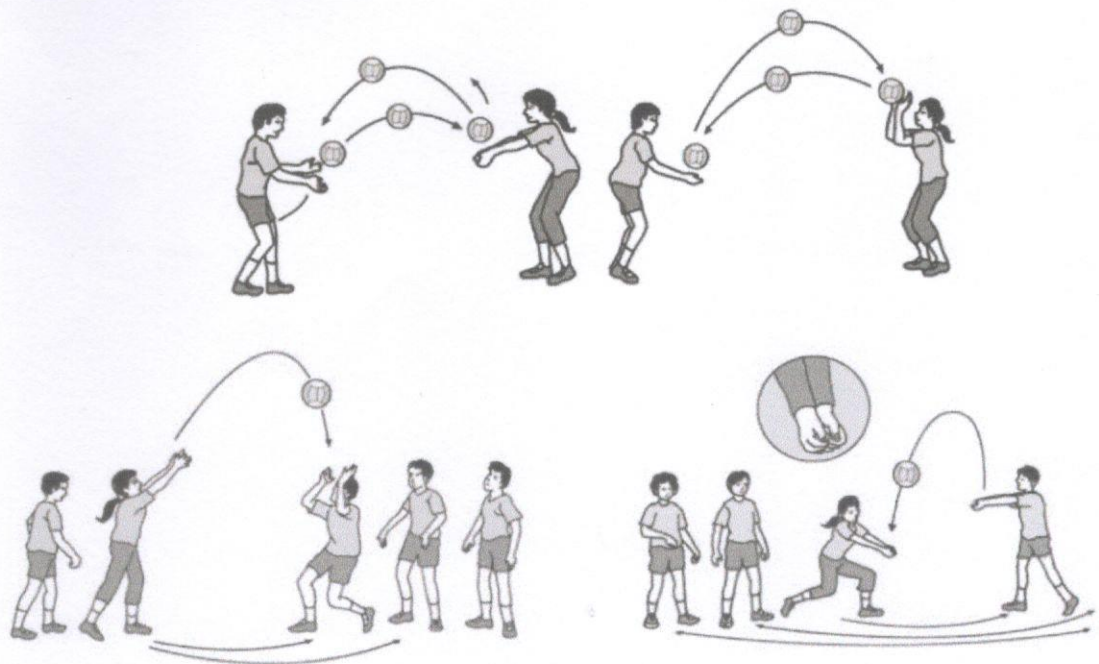
C. Mengeksplorasi

- ✓ Peserta didik tiap perwakilan kelompok di minta untuk mempersentasikan didepan kelompok lain tentang diskusi mereka
- ✓ Peserta didik perwakilan setiap kelompok untuk mempragakan gerakan kombinasi passing bawah

- Gambar tehnik passing bawah



- Kombinasi gerakan latihan pasing bawah



D. Mengasosiasi

- ✓ Peserta didik bersama kelompoknya masing – masing menganalisis hasil dari presentasi kelompok lain
- ✓ Peserta didik mengetahui factor kesulitan saat melakukan rangkaian gerakan passing bawah
- ✓ Peserta didik mengetahui kesalahan – kesalahan yang di lakukan saat melakukan rangkaian gerakan kombinasi passing bawah

3. Penilaian Ketrampilan (Dengan Praktik)

No	Nama peserta didik	Bentuk observasi			Jml skor	nilai
		Posisi Kaki dan lengan	Perkenaan bola	Arah hasil bola		
1	Ahmad Budianto					
2	Agus yulianto					
3	Feri dwi setyawan					
dst						

Keterangan :

- | | |
|---------------------------|-------|
| 1. Posisi kaki dan tangan | = 5 |
| 2. Perkenaan bola | = 3 |
| 3. Arah hasil bola | = 2 |
| | <hr/> |
| | 10 |

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Skor maksimal}} \times 100$$

Demak,
Guru Mata Pelajaran
PJOK

Mengetahui,
Kepala Sekolah

H. Helmi/Wafa, SE. M.Pd




Sutanto, S.Si