

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMA Negeri 3 BOLO
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : XI / Ganjil
 Materi Pokok : Keterampilan Gerak Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
 Alokasi Waktu : 2 x 3 JP

A. Kompetensi Inti, Kompetensi Dasar dan Tujuan Pembelajaran

Kompetensi Sikap Spiritual	Kompetensi Sikap Sosial
Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya	Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif, dan proaktif sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia

Kompetensi Dasar	Tujuan Pembelajaran/Indikator
3.1. Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan	Setelah pembelajaran, peserta didik diharapkan mampu : 1. Menjelaskan tahapan teknik (Menendang bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola) 2. Menemukan variasi dan kombinasi keterampilan (Menendang bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola) 3. Menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi (Menendang bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola) 4. Menjelaskan tentang keterampilan gerak permainan sepak bola (Menendang bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola)
4.1. Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan	1. Melakukan gerakan keterampilan passing, control, menggiring bola dan menyundul bola 2. Melakukan gerakan variasi dan kombinasi keterampilan passing, control, menggiring bola dan menyundul bola 3. Mencoba tugas keterampilan gerak permainan sepak bola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri

B. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Nilai PPK, Literasi, 4C, HOTS
Pendahuluan	1. Guru mengucapkan salam kepada peserta didik melalui forum diskusi, dan memastikan semua siswa sudah hadir untuk mengikuti pembelajaran daring, dilanjutkan dengan mengajak peserta didik untuk berdoa terlebih dahulu. 2. Guru menanyakan kondisi kesehatan peserta didik secara umum dan memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat. 3. Guru melakukan apersepsi berupa penyampaian tujuan pembelajaran kepada peserta didik dengan cara yang menyenangkan sehingga peserta didik terdorong untuk ikut pembelajaran dengan semangat. 4. Guru mengingatkan kembali kepada siswa untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas fisik dan memulai olah raga. Pemanasan berfungsi untuk meningkatkan suhu tubuh sehingga tubuh terutama otot dan sendi dapat bekerja secara maksimal dan mengurangi tingkat resiko cedera serta membangun kepercayaan diri dan rasa nyaman ketika bergerak. Pemanasan dilakukan dengan aktivitas yang	Religius/agama Rasa Ingin Tahu

	menyenangkan dan berkaitan erat dengan kegiatan inti yang akan dilakukan..	
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru melakukan diskusi dengan para peserta didik untuk mengeksplorasi pengetahuan awal tentang materi yang akan disampaikan. 2. Selama kegiatan inti pembelajaran, secara mandiri peserta didik melakukan pengamatan video yang diberikan. 3. Dalam pembelajaran keterampilan gerak yang umum, siswa bereksplorasi secara mandiri di rumah dan menemukan cara yang tepat untuk mereka secara individual. 4. Kegiatan pembelajaran dilakukan dari yang mudah ke yang sulit, dari yang sederhana ke yang kompleks, serta dari yang ringan ke yang berat. 5. Pada saat peserta didik melakukan gerakan, peserta didik diminta untuk menuliskan kendala-kendala yang dihadapi dan mendiskusikannya dalam forum. 	<p>Literasi Rasa ingin tahu</p> <p><i>Collaborative</i></p> <p><i>Creativity</i></p> <p><i>Comunicative</i></p> <p>HOTS</p>
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan tanya-jawab dengan peserta didik yang berkenaan dengan materi pembelajaran yang telah diberikan. 2. Melakukan pelepasan dan pendinginan yang dilakukan secara mandiri oleh peserta didik dan menjelaskan kepada peserta didik tujuan dan manfaat melakukan pelepasan dan pendinginan setelah melakukan aktivitas fisik/olahraga yaitu agar dapat melemaskan otot-otot dan mengembalikan kondisi tubuh ke keadaan semula. 3. Menginformasikan tentang materi (ujian, materi terkait, materi lain) pada pertemuan berikutnya. 4. Setelah melakukan aktivitas pembelajaran peserta didik dan guru berdoa. 	<p><i>Creativity</i></p>

C. Media Pembelajaran, Alat/Bahan dan Sumber Belajar

1. **Media** : Worksheet atau lembar kerja (siswa), Lembar penilaian, internet dan LMS (moodle)
2. **Alat/Bahan** : video tentang keterampilan gerak sepak bola
3. **Sumber belajar**
 - a. Sumaryoto & Soni Nopembri. 2017. *PJOK (edisi revisi)*. Jakarta: Kemendikbud.
 - b. Muhajir. 2017. *PJOK Untuk SMA/MA Kelas X*. Jakarta: Erlangga.
 - c. Internet

D. Penilaian

1. Pengetahuan Bentuk soal : Tertulis PG, uraian
2. Keterampilan : Unjuk kerja (video)

Kepala SMA N 3 Bolo

Bima, Juli 2020
Guru PJOK

M.Saleh,S.Pd.Ina
NIP.196412311991031181

Ade Yanto Syarif, S.Pd
NIP.198802012019031004

LAMPIRAN

1. Materi

- | | |
|---|---|
| <p>A. Sepak bola</p> <ol style="list-style-type: none"> Teknik Dasar Menendang Bola (kicking) Teknik Dasar Menggiring Bola (dribbling) Teknik Dasar Menghentikan Bola (stopping) Teknik Dasar Menyundul Bola (heading) Teknik Dasar Melempar Bola ke Dalam (throw in) Peraturan Permainan Sepak Bola <p>C. Bola Volly</p> <ol style="list-style-type: none"> Passing bawah Passing atas Servis bawah Servis atas Smash/spike Block/ bendungan | <p>B. Bola Basket</p> <ol style="list-style-type: none"> Melempar bola Menangkap bola Menggiring bola Menembak bola Lay Up shoot Pivot Rebound |
|---|---|

2. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

A. Penilaian pengetahuan

1) Soal Bola Volly

Buatlah analisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak permainan Bola Volly berdasarkan hal-hal berikut!

- Bagaimana cara teknik melakukan passing bawah, passing atas dan servis dalam permainan Bola Volly
- Bagaimana cara melakukan variasi dan kombinasi keterampilan gerak permainan Bola Volly ?
- Kesalahan-kesalahan apa saja yang sering dilakukan dalam melakukan keterampilan gerak Servis atas, Servis Bawah dan Servis permainan Bola Volly ?
- Bagaimana cara memperbaiki kesalahan-kesalahan tersebut ?

2) Instrumen Penilaian

Pengetahuan KKM : 75

No	Nama peserta didik	Kesesuaian Jawaban	Nilai
1.			

Keterangan

a. <75 = kurang baik

Jika jawaban pertanyaan kurang dijawab dengan tepat

b. 75-79 = cukup baik

Jika jawaban pertanyaan cukup dijawab dengan tepat

c. 80-89 = Baik

Jika jawaban pertanyaan dijawab dengan tepat

d. 90-100 = Sangat Baik

Jika jawaban pertanyaan dijawab dengan lengkap, tepat dan runtut.

B. Penilaian Keterampilan

No	Nama Peserta Didik	Keterampilan Gerak passing bawah		
		Penilaian Proses		
		Sikap Awal	Sikap Pelaksanaan	Sikap Akhir
1				

Keterangan

kriteria penilaian:

1 = kurang terampil

2 = cukup terampil

3 = terampil

4 = sangat terampil

< 75 = kurang baik
75-89 = cukup baik
80-89 = baik
90-100 = sangat baik