

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 1 Pasean
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester : VII/1
Materi Pokok : Permainan Bola Kecil melalui Permainan Kasti
Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan (10 menit)

KI 3 (Pengetahuan)	KI 4 (Keterampilan)
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.	4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.
KD	KD
3.2. Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	4.2. Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)
IPK	IPK
3.2.1. Mengidentifikasi berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.	4.2.1. Melakukan berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menjelaskan gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.
2. Peserta didik mampu mengidentifikasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti dengan benar.
3. Peserta didik mampu mempraktekan cara melakukan berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti dengan benar.

B. Kegiatan Pembelajaran (Pendekatan Timbal-balik/*Resiprocal*)

1. Kegiatan Pendahuluan (2 Menit)
 - a. Guru mengucapkan salam dan berdoa bersama siswa, serta absensi
 - b. Guru menanyakan keadaan dan kesiapan kondisi kesehatan peserta didik.
 - c. Guru memberi motivasi pada peserta didik agar semangat dalam mengikuti pelajaran
2. Kegiatan Inti (6 Menit)
 - a. Guru menjelaskan mengenai materi yang akan dipelajari dan tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran kali ini.
 - b. Guru menjelaskan pengertian permainan kasti dengan bertanya pada peserta didik dan menghubungkan dengan permainan serta hal-hal lainnya yang relevan.

- c. Guru memperkenalkan peralatan permainan kasti dengan menanyakan apakah peserta didik tahu nama dan kegunaannya.
 - d. Guru memberikan lembar kerja peserta didik (LKPD) dan menjelaskan cara pengisiannya serta membentuk kelompok.
 - e. Guru menjelaskan pengertian dan cara melakukan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.
 - f. Guru mempraktekan cara melakukan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti dan meminta siswa memperhatikan sambil melihat LKPD yang telah diterima.
 - g. Guru memberikan waktu untuk peserta didik mengamati gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti serta berdiskusi dengan teman satu kelompoknya untuk menyelesaikan LKPD.
 - h. Guru mempersilahkan dua peserta didik secara bergantian dan berpasangan untuk mempraktekan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.
3. Kegiatan Penutup (2 Menit)
- a. Guru beserta peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan secara umum. Kemudian peserta didik membuat catatan dan simpulan hasil pembelajaran.
 - b. Guru dan peserta didik Berdoa sebagai penutup pembelajaran

C. Penilaian Pembelajaran

1. Penilaian sikap
 - Sikap Spiritual : Kejujuran
 - Sikap Sosial : sportivitas, kerjasama, tanggung jawab, disiplin.
2. Penilaian pengetahuan
 - Instrumen : Tes tulis (LKPD)
3. Penilaian keterampilan
 - Instrumen observasi : Penskoran

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Pamekasan, 05 Januari 2021

Guru Mata Pelajaran

SLAMET RIADY, M.Pd
NIP. 197206251998021002

BAHRUL ULUM, S.Pd
NIP. 198210272009031001

PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap

Sikap Spiritual

a. Teknik penilaian

Pengamatan oleh diri sendiri (kejujuran siswa)

b. Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap spiritual

1) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

2) Rubrik Penilaian Sikap Spritual

Nama siswa :

No. Absen :

Kelas :

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Berdoa sebelum dan sesudah melakukan pembelajaran.		
2	Mengucapkan rasa syukur atas karunia Tuhan.		
3	Memberi salam sebelum dan sesudah menyampaikan pendapat/presentasi.		
4	Mengungkapkan kekaguman secara lisan maupun tulisan terhadap Tuhan saat melihat kebesaran Tuhan.		
5	Merasakan keberadaan dan kebesaran Tuhan saat mempelajari ilmu pengetahuan.		
Jumlah skor maksimal = 5			

c. Pedoman penskoran

1) Penskoran

Skor 1 = Ya, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 0 = Tidak, apabila tidak pernah melakukan.

2) Pengolahan skor

Skor maksimum: 5

Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa: $SP/5 \times 100$

Penilaian Sikap sosial

a. Penilaian observasi, penilaian ini dilakukan selama proses pembelajaran.

1) Teknik penilaian

Pengamatan oleh guru

2) Instrumen Penilaian dan Pedoman Penskoran

Lembar pengamatan sikap sosial

a) Petunjuk Penilaian

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

b) Rubrik Penilaian Sikap Sosial

No.	Nama Siswa	Sportivitas				Kerja sama				Tanggung jawab				Disiplin			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1	Abel																
2	Dani																
3																	
4																	
5																	
dst																	

3) Pedoman penskoran

a) Penskoran

Skor 4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan.

Skor 3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadangkadang tidak melakukan.

Skor 2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan.

Skor 1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 20

Skor perolehan siswa: SP

Nilai sikap yang diperoleh siswa: $SP/20 \times 100$

2. Penilaian Pengetahuan

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Silahkan beri garis penghubung sesuai dengan penggunaannya pada keterangan berikut ini;

Peralatan

1. Bola ●

2. Stick/Pemukul ●

3. Tiang Bendera ●

Digunakan untuk

- Memukul
- Dipukul
- Tempat hinggap
- Diayun
- DitangkapTempati sementara
- Tempati sementara
- Dilempar
- Dilewati

Penilaian/Penskoran

Jika jawaban benar dapat nilai/skor = 10

Jika jawaban salah dapat nilai/skor = 0

Jumlah nilai/skor maksimal = 100

Kunci jawaban

Bola = dipukul, dilempar, ditangkap, diayun

Stick/Pemukul = memukul, diayun, dilempar

Tiang bendera = tempat hinggap, ditempati sementara, dilewati.

3. Penilaian keterampilan

Melempar Bola

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Berilah tanda (X) pada kolom dilakukan (Ya) atau (Tidak)

No.	Indicator	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	Bola dipegang dengan tangan kanan		
2.	Menghadap ke arah sasaran lempar.		
3.	Pandangan tertuju pada sasaran lempar.		
4.	Kedua kaki dibuka dengan menyilangkan kaki dan, lutut agak ditekuk.		
5.	Rentangkan tangan lempar ke belakang dengan bola diarahkan ke sasaran.		
6.	Lengan kiri lurus ke depan sejajar dengan bahu.		
7.	Sikap badan sedikit ke belakang.		
8.	Dengan melangkah kaki satu langkah, lemparkan bola lurus ke arah depan.		
Jumlah skor			

Pengolahan skor

Skor maksimum: 8

Skor perolehan siswa yang dilakukan/Ya : SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/8 \times 100$

Manangkap Bola

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Berilah tanda (X) pada kolom dilakukan (Ya) atau (Tidak)

No.	Indicator	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	Menghadap ke arah bola datang.		
2.	Kedua kaki dibuka dan lutut ditekuk.		
3.	Sikap badan agak condong ke depan.		
4.	Pandangan ke arah bola.		
5.	Kedua tangan lurus ke depan.		
6.	Telapak tangan menghadap bola dengan membentuk mangkuk.		
7.	Tangkap bola dengan kedua tangan. Lalu genggam dengan jari.		
8.	Setelah bola tertangkap, tarik ke arah dada dengan menekuk siku.		
Jumlah skor			

Pengolahan skor

Skor maksimum: 8

Skor perolehan siswa yang dilakukan/Ya : SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/8 \times 100$

Memukul Bola

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Berilah tanda (X) pada kolom dilakukan (Ya) atau (Tidak)

No.	Indicator	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	Menghadap ke arah sasaran. kaki dibuka selebar bahu		
2.	Pemukul diayunkan ke samping badan agak ke belakang		
3.	Setelah bola datang, ayunkan pemukul ke arah datangnya bola.		
4.	Pemukul tepat mengenai bola sehingga bola meluncur jauh ke depan.		
5.	Sikap setelah memukul, kayu pemukul tetap mengayun ke depan dengan tangan pukulmerentang jauh ke depan.		
Jumlah skor			

Pengolahan skor

Skor maksimum: 5

Skor perolehan siswa yang dilakukan/Ya : SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/5 \times 100$

Media, Alat dan Bahan serta Sumber Belajar

Media : Gambar Lapangan Permainan Kasti.

Alat dan Bahan : Stick/Pemukul, Bola Kasti, Bola Plastik.

Sumber Belajar :

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia 2017, Buku Siswa Kurikulum 2013 Kelas 7 (edisi revisi 2017). "*Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*". Jakarta, 2017.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia 2017, Buku Guru Kurikulum 2013 Kelas 7 (edisi revisi 2017). "*Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*". Jakarta, 2017.

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Pamekasan, 05 Januari 2021

Guru Mata Pelajaran

SLAMET RIADY, M.Pd
NIP. 197206251998021002

BAHRUL ULUM, S.Pd
NIP. 198210272009031001

BAHAN AJAR

Kelas : 7 (Tujuh)

Topik : Permainan Bola Kecil

Sub. Topik : Permainan Kasti

Tujuan Pembelajaran

1. Peserta didik mampu menjelaskan gerakan melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.
2. Peserta didik mampu mengidentifikasi keterampilan gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti dengan benar.
3. Peserta didik mampu mempraktekan cara melakukan berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti dengan benar.

KI 3 (Pengetahuan)	KI 4 (Keterampilan)
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.	4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.
KD	KD
3.2. Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)	4.2. Mempraktikkan gerak spesifik dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional *)
IPK	IPK
3.2.2. Mengidentifikasi berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.	4.2.2. Melakukan berbagai gerak melempar, menangkap, dan memukul bola permainan kasti.

BAHAN AJAR

PERMAINAN BOLA BESAR

A. Permainan Kasti

1. Pengertian

Permainan kasti merupakan olahraga permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu. Setiap regu terdiri dari 12 orang pemain. Permainan ini dimainkan di lapangan berbentuk empat persegi panjang yang dibatasi oleh garis batas dengan lebar 5 cm atau menggunakan tali tambang. Sebagai alat permainan menggunakan bola kasti dan kayu pemukul.

2. Unsur-unsur

Unsur keterampilan gerak spesifik permainan, yaitu melambungkan bola, menangkap bola, melempar bola, berlari, taktik dan strategi, serta peraturan permainan.

B. Gerak Spesifik Permainan Kasti

1. Melempar Bola

Bola yang dilempar dapat dilakukan dengan satu tangan kiri atau kanan. Sebelum bola itu dilemparkan, bola harus diarahkan pada sasaran lempar yang akan dituju, dengan arah lurus mendatar, rendah, dan melambung, dengan cara:

- Bola dipegang dengan tangan kanan.
- Menghadap ke arah sasaran lempar.
- Pandangan tertuju pada sasaran lempar.
- Kedua kaki dibuka dengan menyilangkan kaki dan, lutut agak ditekuk.
- Rentangkan tangan lempar ke belakang dengan bola diarahkan ke sasaran.
- Lengan kiri lurus ke depan sejajar dengan bahu.
- Sikap badan sedikit ke belakang.
- Dengan melangkahkan kaki satu langkah, lemparkan bola lurus ke arah depan (dengan arah mendatar, melambung dan menggelinding)

2. Menangkap Bola

Bola hasil lemparan ataupun pukulan stick/pemukul dalam permainan kasti akan diusahakan untuk di tangkap oleh team penjaga, karena tangkapan tersebut akan mendapatkan poin untuk teamnya. Maka dari itu teknik menangkap yang benar dan tepat sangat menentukan adapun caranya yaitu:

- Mennghadap ke arah datangnya bola
- Kedua kaki dibuka dan lutut sedikit ditekuk
- Sikap badan agak condong ke depan
- Pandangan ke arah bola.
- Kedua tangan lurus ke depan.
- Telapak tangan menghadap bola dengan membentuk mangkuk.
- Tangkap bola dengan kedua tangan. Lalu genggam dengan jari.
- Setelah bola tertangkap, tarik ke arah dada dengan menekuk siku.

3. Memukul Bola

Adapun cara memukul yang baik antara lain sebagai berikut :

- Menghadap ke arah sasaran. kaki dibuka selebar bahu
- Pemukul diayunkan ke samping badan agak ke belakang
- Setelah bola datang, ayunkan pemukul ke arah datangnya bola.
- Pemukul tepat mengenai bola sehingga bola meluncur jauh ke depan.
- Sikap setelah memukul, kayu pemukul tetap mengayun ke depan dengan tangan pukulmerentang jauh ke depan.