

RANCANGAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP Citra Berkat Tangerang
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : 7/1
Tema : Bola Besar
Sub Tema : Bola Voli (*Passing Atas Dan Passing Bawah*)
Pembelajaran Ke : 2
Alokasi Waktu : 2 X 40 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui eksplorasi dari internet, buku, penjelasan guru , tayangan video, peserta didik mampu memahami konsep gerak spesifik *passing* (*passing atas dan passing bawah*) dalam bola voli
2. Melalui eksplorasi dari internet, buku, penjelasan guru , tayangan video, peserta didik mampu mengidentifikasi konsep gerak spesifik *passing* (*passing atas dan passing bawah*) dalam bola voli
3. Melalui eksplorasi dari internet, buku, penjelasan guru , tayangan video, peserta didik mampu menganalisis konsep gerak spesifik *passing* (*passing atas dan passing bawah*) dalam bola voli
4. Melalui pengamatan dari video, youtube, internet dan demonstrasi guru, peserta didik mampu mempraktikkan rangkaian gerakan *passing atas dan passing bawah* dalam bola voli

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. PENDAHULUAN (10')
 - ✓ Greeting, doa, presensi
 - ✓ Guru mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dan memberi motivasi.
 - ✓ Mengaitkan materi atau tema pembelajaran yang akan dilakukan dengan pengalaman peserta didik dengan materi sebelumnya serta mengajukan pertanyaan untuk mengingat dan menghubungkan materi selanjutnya
 - ✓ Guru menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai.
 - ✓ Guru menyampaikan teknik penilaian untuk kompetensi yang harus dikuasai baik kompetensi sikap, pengetahuan, dan ketrampilan.
2. INTI (55')
 - ✓ Melihat gambar dan video tentang gerak spesifik *passing atas* , *passing bawah* dan permainan bola voli
 - ✓ Diskusi kelas tentang gerak spesifik *passing atas dan passing bawah* dalam bola voli.
 - ✓ Melakukan pemanasan dipimpin oleh leader yang bertugas.
 - ✓ Guru mendemonstrasikan tentang gerak spesifik *passing atas dan passing bawah* bola voli
 - ✓ Mempraktikan tentang gerak spesifik *passing atas dan passing bawah* dalam bola voli secara individu.
 - ✓ Guru mengoreksi gerakan yang di praktikkan oleh peserta didik dan memberi masukan.
3. PENUTUP (15')
 - ✓ Guru dan peserta didik membuat kesimpulan pelajaran tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran
 - ✓ Guru memberikan penguatan terhadap materi yang sudah dipelajari dengan memberikan penugasan dan menyampaikan rencana pembelajaran selanjutnya
 - ✓ Guru dan peserta didik mengakhiri kegiatan belajar dengan mengucapkan syukur serta pembelajaran di tutup denga doa dan salam penutup

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian sikap : Observasi dalam pembelajaran
2. Penilaian Pengetahuan : Tes tulis bentuk uraian dan tes lisan
3. Penilaian keterampilan : Unjuk Kerja

Tangerang, 21 Mei 2021

Mengetahui,
Kepala SMP Citra Berkas

Guru Mata Pelajaran PJOK

Heni Wijayanti, S.Pd.

Sri Rahayu, S.Or.

**RUBRIK PENILAIAN KETRAMPILAN
BOLA VOLI**

PASSING ATAS

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian				NA
		4 (93 – 100)	3 (84 – 92)	2 (76 – 83)	1 (< 75)	
1	Awalan					
2	Gerakan					
Total Nilai						

PEDOMAN PENSKORAN PROSES GERAK

1. AWALAN

- Skor 4 :
 1. Berdiri seimbang dengan tumpuan dua kaki dan salah satu kaki di depan.
 2. Pandangan diarahkan pada bola
 3. badan sedikit condong ke depan.
 4. Kedua tangan terbuka di atas kepala dengan siku bengkok ke samping.
- Skor 3 : Jika 3 indikator dipenuhi
- Skor 2 : Jika 2 indikator dipenuhi
- Skor 1 : Jika 1 indikator dipenuhi

2. GERAKAN

- Skor 4 :
 1. Dorong bola ke atas dengan menggunakan pangkal jari-jari tangan
 2. Gerakan meluruskan kedua siku dan kedua lutut
 3. Badan lurus.
 4. Sikap akhir merupakan gerak lanjut dari kedua lengan diikuti oleh anggota tubuh lainnya.
- Skor 3 : Jika 3 indikator dipenuhi
- Skor 2 : Jika 2 indikator dipenuhi
- Skor 1 : Jika 1 indikator dipenuhi

PASSING BAWAH

No	Indikator Penilaian	Hasil Penilaian				NA
		4 (93 – 100)	3 (84 – 92)	2 (76 – 83)	1 (< 75)	
1	Awalan					
2	Gerakan					
Total Nilai						

PEDOMAN PENSKORAN PROSES GERAK

1. AWALAN

- Skor 4 :
 1. Berdiri seimbang dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk
 2. Badan agak condong ke depan.
 3. Kedua lengan dirapatkan dan lurus ke depan bawah.
- Skor 3 : Jika 2 indikator dipenuhi
- Skor 2 : Jika 1 indikator dipenuhi
- Skor 1 : Jika tidak ada indikator yang dipenuhi

2. GERAKAN

- Skor 4 :
 1. Ayunkan kedua lengan secara bersama-sama lurus ke atas depan bersamaan dengan meluruskan kedua lutut.
 2. Perkenaan pada kedua tangan bawah.
 3. Sikap akhir adanya gerak lanjut dari lengan yang diikuti anggota tubuh lainnya.

- Skor 3 : Jika 2 indikator dipenuhi
- Skor 2 : Jika 1 indikator dipenuhi
- Skor 1 : Jika tidak ada indicator yang dipenuhi