

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 125/VII TAMAN DEWA I
Kelas/Semester : V/1
Mata Pelajaran : PJOK
Materi : Bola Voli
Sub Materi : Passing Bawah
Pertemuan : ke 1
Alokasi Waktu : 1 x 10 menit (simulasi mengajar)

A. TUJUAN

1. Setelah penjelasan materi siswa dapat memahami dan menjelaskan variasi gerak dasar passing bawah pengertian gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulasi dalam teknik dasar bermain bola voli
2. Siswa mampu mempraktekkan Langkah Langkah Gerakan passing bawah dalam permainan bola voli dengan tepat

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menyapa siswa dan dilanjutkan berdoa dipimpin oleh salah satu siswa, siswa yang terlambat diminta berdiri di depan2. Sambil duduk guru mengajak ice breaking tepuk semangat, senam jari dan break clapping3. Guru mengabsen siswa sambil mengecek kebersihan kuku siswa4. Memberikan motivasi tentang apa yang dapat di peroleh (tujuan serta mamfaat) dengan materi yang akan di sampaikan.	3 menit
Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menjelaskan materi tentang gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulative dalam permainan bola voli2. Guru menjelaskan sambil mendemonstrasikan gerakan passing bawah dan passing atas dalam bola voli3. Guru mengajak siswa melakukan pemanasan sederhana4. Siswa diminta berdiri berpasangan, berhadapan dengan jarak kurang lebih 3 meter, kemudian bergantian melakukan passing bawah dan atas	5 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Guru mereview materi pelajaran hari ini2. Guru mengajak siswa tepuk semangat dan break clapping3. Salam dan do'a penutup di pimpin oleh salah satu siswa.	2 menit

C. Alat dan Bahan

1. Panduan Buku Guru dan Siswa Giat Berolahraga Bab 1 Permainan Bola Besar (Bola Voli)
2. Peluit, bola voli
3. Lembar absensi dan pengamatan nilai

D. PENILAIAN

1. Pengamatan Sikap : pengamatan/Observasi dalam pembelajaran
2. Penilaian Pengetahuan : Tes tulisan dan keaktifan umpan balik
3. Penilaian Keterampilan : praktek dan unjuk kerja

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Sarolangun, 4 Januari 2022
Guru PJOK

JUMIRAT, S.Pd
NIP.196412281990031006

M HOLIL, S.Pd
NIP.198110062014101001