

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SD Negeri 162 Palembang
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/Semester : 5/1 (Ganjil)
 Materi : Passing Bawah
 Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (10 Menit)
 Hari/ Tanggal : Selasa/16 November 2021

A. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.1 Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. * 4.1 Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa mampu mempraktikkan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dalam passing bawah permainan bola voli dengan benar • Siswa mampu menyebutkan tujuan dari passing bawah dalam permainan bola voli dengan baik dan benar • Siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan passing bawah dalam permainan bola voli dengan tepat.

B. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti kegiatan pembelajaran diharapkan siswa mampu:

1. Siswa mampu mempraktikkan gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dalam passing bawah permainan bola voli dengan benar
2. Siswa mampu menyebutkan tujuan dari passing bawah dalam permainan bola voli dengan baik dan benar
3. Siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah gerakan passing bawah dalam permainan bola voli dengan tepat.

C. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Kelas dimulai dengan salam dilanjutkan dengan do'a. (Religius dan Integritas) ❖ Guru mengecek kesiapan diri dengan mengisi lembar kehadiran dan memeriksa kerapian pakaian, posisi tempat duduk di sesuaikan dengan kegiatan pembelajaran ❖ Menginformasikan materi apa yang akan di pelajari yaitu tentang "Passing Bawah" (Integritas) ❖ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran (Comunication) ❖ Apersepsi 	2 menit
Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Siswa mengamati penjelasan dari guru mengenai gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif dalam passing bawah permainan bola voli ❖ Siswa mengamati guru menjelaskan tentang passing bawah dalam permainan bola voli. <p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan ❖ Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (Critical Thinking and Problem Formulation) <p>Menalar</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Siswa mencoba berdiskusi dengan temanya tentang kegiatan passing bawah. 	6 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Guru menunjuk beberapa siswa untuk memperagakan cara passing bawah dengan bimbingan guru. ❖ Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan kegiatan yang akan dilakukan ❖ Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan. (Creativity and Innovation) ❖ Bersama-sama siswa membuat kesimpulan/rangkuman hasil belajar sekama sehari (Integritas) ❖ Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi) ❖ Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pembelajaran yang telah diikuti ❖ Mengajak semua siswa berdoa menurut agama dan kepercayaannya masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) (Relegius) 	2 menit

Sumber dan Media Pembelajaran

1. Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 6 Kurikulum 2013
2. Buku Pegangan Siswa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 6 Kurikulum 2013
3. Gambar-gambar yang berhubungan dengan Passing Bawah

Pendekatan dan Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Saintifik
2. Metode : Permainan/Simulasi, Demonstrasi, Diskusi, Tanya Jawab, Penugasan dan Ceramah

Lampiran 1

Materi Pembelajaran

Bolavoli:

- Passing bawah

Passing bawah adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan sebagai langkah awal dalam menyusun pola serangan ke regu lawan dengan cara memukul bola dari bawah dengan perkenaan pada lengan

- Tujuan Passing Bawah

1. Untuk menerima bola servis dari regu lawan
2. Untuk mengambil bola bawah
3. Untuk mengoper teman
4. Untuk melakukan serangan yaitu menyebrangkan bola ke regu lawan

2) *Passing bawah*

a) *Tahap persiapan*

- Sikap kaki kuda-kuda dengan lutut sedikit dilipat.
- Badan agak condong ke depan.
- Berat badan bertumpu pada kedua kaki.

b) *Tahap gerakan*

- Saat bola datang, kedua lengan diturunkan ke bawah.
- Salah satu telapak tangan memegang telapak tangan yang lain.
- Bola yang datang dipukul antara pergelangan tangan dan siku.
- Sewaktu bola datang, badan menghadap ke arah bola.

c) *Tahap akhir*

- Tumit diangkat.
- Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- Pandangan ke arah gerakan bola.



Gambar 1.25 Cara melakukan passing bawah

Lampiran 2
Penilaian Hasil Pembelajaran
Teknik Passing Bawah

Kriteria	Skor 4	Skor 3	Skor 2	Skor 1
Mengontrol Bola	1. Mampu mempraktikkan teknik dengan baik 2. Mampu mempraktikkan teknik cukup baik. 3. Mampu mempraktikkan teknik kurang baik.	Memenuhi kriteria 2	Memenuhi kriteria 3	Tidak memenuhi semua kriteria

Mengetahui :
Kepala SD 162 Palembang



Cek Eka, S.Pd.
NIP 196908051988042001

Palembang, 15 November 2021
Guru Mata Pelajaran



Cek Eka, S.Pd.
NIP 196908051988042001