

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (DARING)

Satuan Pendidikan	: SMP Negeri 2 Purworejo
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/ Semester	: VII / 1 (Gasal)
Materi Pokok	: Sepakbola
Alokasi Waktu	: 2 pertemuan (4x40 menit)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. **Mengaitkan** 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.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	3.1 Menganalisis konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.	3.1.1. Menguraikan konsep gerak dasar menendang bola dengan berbagai macam bagian kaki 3.1.2. Mengaitkan konsep gerak dasar mengontrol bola 3.1.3. mendiferensiasikan konsep gerak dasar menggiring bola dengan berbagai macam bagian kaki dengan benar
2.	4.1. Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental.	4.1.1. Mempraktikkan teknik dasar menendang bola dengan baik 4.1.2. Mempraktikkan teknik dasar menghentikan bola dengan baik 4.1.3. Mempraktikkan teknik dasar menggiring bola dengan baik 4.1.4. Mempraktikkan permainan sepak bola dengan peraturan sederhana

***Nilai karakter**

Religius, jujur dan kerjasama

C. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran KI 3 dan KI 4

Pertemuan pertama

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat:

1. **Menguraikan** konsep gerak dasar menendang bola dengan berbagai macam bagian kaki
2. **Mengaitkan** konsep gerak dasar menggiring bola dengan berbagai macam bagian kaki
3. **mendiferensiasikan** konsep gerak dasar mengontrol bola
4. Mempraktikkan teknik dasar menendang bola dengan berbagai macam bagian kaki dengan baik

5. Mempraktikkan teknik dasar menggiring bola dengan baik
6. Mempraktikkan teknik dasar mengontrol bola dengan baik
7. Bermain sepak bola dengan peraturan yang sederhana
8. **Memiliki sikap perilaku,religius,jujur dan tanggung jawab**

Pertemuan Kedua

Setelah mengikuti proses pembelajaran, peserta didik diharapkan dapat :

1. **Menguraikan** teknik dasar menggiring,menendang,mengontrol bola dengan baik
2. **Menguraikan** permainan sepak bola dengan peraturan sederhana
3. Mempraktikkan variasi teknik dasar menggiring,menendang,mengontrol bola dengan baik
4. Mempraktikkan permainan sepak bola dengan peraturan sederhana
5. **Memiliki sikap perilaku religious,jujur, kerjasama,sportif , dan tanggung jawab**

D. Materi Pembelajaran

1. Pertemuan pertama
 - a. Teknik menendang bola
 - b. Teknik mengontrol bola
 - c. Tehnik menggiring bola
 - d. Bermain sepak bola dengan peraturan sederhana
2. Pertemuan pertemuan kedua
 - a. Teknik variasi menendang bola dan menghentikan bola
 - b. Teknik variasi/ gabungan menggiring dan menendang bola
 - c. Bermain sepak bola dengan peraturan sederhana

E. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan *Saintifik*

F. Media , Alat dan Sumber Belajar

1. Media

- a. Gambar : Gerakan teknik dasar menendang, menghentikan bola dan menggiring bola : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-2 (Edisi Revisi). 2014. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11 dan 12)
- b. Gambar: Gambar teknik dasar menendang, menghentikan dan menggiring bola : Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII, Cetakan Ke-2 (Edisi Revisi). 2014. Jakarta: Kemendikbud. (hal. 7, 8, 9, 10, 15, 16 dan 17)
- c. Video : Materi sepak bola. web ;
<https://www.youtube.com/watch?v=TxRcBINEs>

2. Alat dan bahan

1. Laptop : 1 buah
2. handphone: 1 buah
3. Bola Sepak: 2 buah
4. Lapangan
5. Jam tangan

G. Sumber Pembelajaran

1. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Cetakan Ke-. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

2. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. Cetakan Ke-1. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
3. Muhajir dan Sutrisno, Budi. 2013. *Buku Guru Penjasorkes Kelas VII*. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif

H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

1. Pertemuan Pertama

a. Pendahuluan (10 menit)

1. Guru menyapa peserta didik lewat *google classmeet* dan *whats up group*
2. Guru mengajak peserta didik berdoa sebelum memulai
3. Guru menanyakan kesiapan peserta didik menerima materi hari ini
4. Guru memberikan link absen peserta didik lewat *google formulir* yang telah di kirimkan ke grup mapel PJOK
5. Peserta didik mengisi absen daftar hadir

b. Kegiatan inti (55 menit)

1) Mengamati

- a) Guru memberikan link video pembelajaran
- b) Peserta didik menyimak video pembelajaran dan mencatat hal – hal yang penting

2) Menanya

Guru memberikan kesempatan peserta didik bertanya setelah menonton paparan video yang telah ditonton.

3) Mencoba/mengumpulkan data

Peserta didik di berikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik dasar sesuai dengan video selama 30 menit.

Setelah peserta didik mencoba \pm 30 menit, pertemuan online dibuka kembali lewat *google classmeet*

Guru menanyakan kesulitan-kesulitan yang dihadapi pada saat mempraktikkan teknik dasar

4) Mengasosiasi

Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk menjelaskan kesulitan yang dihadapi dan materi – materi penting secara acak, artinya guru memerintahkan salah satu peserta didik lewat grup whatsapp.

c. Penutup (15 menit)

1) Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi diantaranya :

- a) Materi yang telah dipelajari hari ini
- b) Apa yang dipikirkan tadi pada saat akan melakukan gerakan menendang dan menghentikan bola?
- c) Mengapa saat menendang harus melihat ke arah sasaran?
- d) Mengapa saat menghentikan bola perkenaan bag yang mengenai bola harus rileks?
- e) Apa saja yang harus diperhatikan dalam melakukan gerakan menendang dan menghentikan bola?

2) Peserta didik bersama guru menyimpulkan konsep gerakan menendang dan menghentikan bola dengan menggunakan berbagai permukaan bagian kaki

3) Peserta didik menerima tugas mencari referensi lain tentang materi yang dipelajari saat itu

4) Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari pada pertemuan selanjutnya.

5) Guru mengajak peserta didik agar selalu tetap dirumah dan jaga protokol kesehatan.

6) Guru mengajak peserta didik berdoa

7) **Karakter yang diharapkan religius, kerjasama,saling menghargai,kerja keras,gotong royong,kejujuran dan tanggung jawab**

I. Pertemuan kedua

a. Pendahuluan

1. Guru menyapa peserta didik lewat grup media sosial *google classmeet* dan *whats up group*
2. Guru mengajak peserta didik berdoa sebelum memulai
3. Guru menanyakan kesiapan peserta didik menerima materi hari ini
4. Guru memberikan link absen peserta didik lewat google formulir yang telah di kirimkan ke grup WA mapel PJOK
5. Peserta didik mengisi absen daftar hadir

b. Kegiatan inti

1) Mengamati

- c) Guru memberikan modul materi pembelajaran
- d) Peserta didik membaca modul pembelajaran dan mencatat hal – hal yang penting

2) Menanya

Guru memberikan kesempatan peserta didik bertanya setelah membaca modul

3) Mencoba/mengumpulkan data

- a) Guru menjelaskan materi yang terdapat pada modul lewat video
- b) Peserta didik di berikan kesempatan untuk meresume materi yang telah diberikan

4) Mengasosiasi

Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk menjelaskan kesulitan yang dihadapi dan materi – materi penting secara acak, artinya guru memerintahkan salah satu peserta didik lewat grup whatsapp.

c. Penutup

- 1) Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi diantaranya :
 - a) Materi yang telah dipelajari hari ini
 - b) Inti dari materi yang dipelajari
- 2) Peserta didik bersama guru menyimpulkan konsep gerakan menendang dan menghentikan bola dengan menggunakan berbagai permukaan bagian kaki
- 3) Peserta didik menerima tugas yang harus dikerjakan dan dikumpulkan dalam batas waktu 1 minggu (tugas dikumpulkan *ke google formulir*).
- 4) Guru menyampaikan materi yang akan dipelajari pada pertemuan selanjutnya.
- 5) Guru mengajak peserta didik agar selalu tetap di rumah dan jaga protokol kesehatan.
- 6) Guru mengajak peserta didik berdoa
- 7) Karakter yang diharapkan religius, kerjasama, saling menghargai, kerja keras, gotong royong, kejujuran dan tanggung jawab

I. Penilaian

1. Jenis/Teknik penilaian

a. Sikap (spiritual dan sosial)

Sikap spiritual

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung menggunakan <i>google meet</i> .	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>).

Sikap Sosial

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	Observasi	Jurnal	Lihat Lampiran 1	Saat pembelajaran berlangsung menggunakan <i>google meet</i> .	Penilaian untuk dan pencapaian pembelajaran (<i>assessment for and of learning</i>)

b. Pengetahuan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1.	Tertulis	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk uraian	Sebutkan teknik dasar bermain sepak bola	Setelah pembelajaran usai menggunakan <i>google formulir</i>	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>)
2.	Penugasan	Pertanyaan dan/atau tugas tertulis berbentuk esai.	Jelaskan cara melakukan tehnik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring dalam permainan sepak bola	Saat pembelajaran berlangsung menggunakan <i>google formulir</i>	Penilaian untuk pembelajaran (<i>assessment for learning</i>)

c. Keterampilan

No.	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Butir Instrumen	Waktu pelaksanaan	Keterangan
1.	Praktik	Tugas (keterampilan)	3.7.1 Memperagakan teknik dasar sepakbola	Pada akhir pembelajaran	Penilaian pencapaian pembelajaran (<i>assessment of learning</i>). Siswa memperagakan teknik dasar permainan sepakbola kemudia direkam dan di upload di <i>google formulir</i>

3. Pembelajaran Remedial

Kegiatan pembelajaran remedial antara lain dalam bentuk:

- Pengulangan penyampaian materi yang belum dikuasai/ belum tuntas.

4. Pembelajaran Pengayaan

Peserta didik yang sudah menguasai kompetensi secara tuntas dapat dilanjutkan dengan pendalaman materi dengan referensi buku sumber / media lain terkait dengan materi yang telah dipelajari.

Mengetahui,
Kepala SMP Negeri 8 Purworejo

Purworejo, Juli 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Yosiyanti Wahyuningtyas, M.Pd.
NIP 19650527 198703 2 007

Donny Widarto, S.Pd
NIP. -

Lampiran 1

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Puworejo
Kelas/Semester : VII/Semester 1
Mapel : PJOK

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
Dst.						

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah : SMP Negeri 2 Purworejo
Kelas/Semester : VII/Semester 1
Mapel : PJOK

No	Waktu	Nama Siswa	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
Dst.						

2. Penilaian Pengetahuan

a. Tes Tertulis

1) Kisi-kisi

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Jml Soal
1	Memahami gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	Sepakbola	1.Menjelaskan konsep gerak dasar menendang bola dengan berbagai macam bagian kaki	Uraian	1
			2.Menjelaskan konsep gerak dasar mengontrol bola	Uraian	1
			3.Menjelaskan konsep gerak dasar menggiring bola dengan berbagai macam bagian kaki dengan benar		
				Uraian	1

2) Soal

- Jelaskan cara menendang bola dalam permainan sepak bola !.
- Jelaskan cara mengontrol bola dalam permainan sepak bola !

- c. Jelaskan cara melakukan cara menggiring bola dengan benar dalam permainan sepak bola !

3) Kunci Jawaban

- a. Cara menendang bola :
1. Berdiri dengan sikap tubuh menghadap ke arah bola
 2. Posisikan kaki tumpu di samping bola dengan lutut sedikit ditekuk
 3. Ayunkan kaki satunya ke bola ke depan badan agak condong ke pan
 4. Diikuti gerak lanjut
- b. Cara mengontrol Bola :
1. Posisikan tubuh menuju ke arah datangnya bola
 2. Posisikan kaki sesuai datangnya bola
 3. Saat bola datang sentuhlah bola dan ikuti arus datangnya bola dengan menarik ke belakang sehingga bola dikuasai
 4. Posisi tangan rileks dan gerak lanjut untuk gerakan berikutnya
- c. Cara menggiring bola
1. Pandangan mata ke arah bola
 2. Kepala dan badan di atas bola
 3. Gunakan bagian kaki yang dipakai untuk menyentuh bola
 4. Bola didorong ke depan dengan jarak yang masih dalam penguasaan

4) Pedoman Penskoran

- a. Penskoran
- (1) Soal nomor 1
- (a) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - (b) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - (c) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - (d) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap
- (2) Soal nomor 2
- (a) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - (b) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - (c) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - (d) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap
- (3) Soal nomor 3
- (a) Skor 4, jika penjelasan benar dan lengkap
 - (b) Skor 3, jika penjelasan benar tetapi kurang lengkap
 - (c) Skor 2, jika sebagian penjelasan tidak benar dan kurang lengkap
 - (d) Skor 1, jika hanya sebagian penjelasan yang benar dan tidak lengkap
- b. Pengolahan skor
- Skor maksimum: 12
- Skor perolehan siswa: SP
- Nilai pengetahuan yang diperoleh siswa: $SP/12 \times 100$

3. Penilaian Keterampilan

INSTRUMEN PENILAIAN KETERAMPILAN (LEMBAR OBSERVASI PRAKTIK)

Indikator keterampilan:

1. Melakukan teknik dasar menendang/mengumpang bola dengan koordinasi yang baik
2. Melakukan teknik dasar menghentikan/menahan bola dengan koordinasi yang baik
3. Melakukan teknik dasar menggiring bola dengan koordinasi yang baik

No	Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Menendang bola dengan jarak 5m!				
2.	Mengontrol bola yang datangnya bola lambung!				
3.	Menggiring bola melewati rintangan!				
	Jumlah Skor				

Petunjuk Penilaian Keterampilan

Kriteria Penilaian Keterampilan Sepakbola

1. Kriteria menendang bola

1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
2. Letakkan bola di samping/ depan badan
3. Ayunkan kaki belakang ke arah bola dengan tepat
4. Arah bola sesuai sasaran

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menendang bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

2. Kriteria menghentikan bola

1. Berdiri kaki melangkah rileks depan belakang
2. Pandangan ke arah datangnya bola
3. Julurkan kaki depan ke arah datangnya bola
4. Pada waktu bola menyentuh kaki, kaki ditarik ke belakang mengikuti gerakan bola

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menghentikan bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

3. Kriteria menggiring bola
1. Berdiri melangkah depan dan belakang
 2. Badan condong ke depan
 3. Letakan bola di depan kaki depan
 4. Bola ditendang menggunakan punggung kaki bergantian kanan/ kiri

skor	Keterangan
4	Jika semua kriteria menggiring bola dilakukan dengan baik
3	Jika hanya 3 kriteria dilakukan dengan baik
2	Jika hanya 2 kriteria yang dilakukan dengan baik
1	Jika hanya 1 kriteria yang dilakukan dengan baik

Mengetahui,
Kepala SMP Negeri 2 Purworejo

Purworejo, Juli 2020
Guru Mata Pelajaran PJOK

Yosiyanti Wahyuningtyas, M.Pd.
NIP 19650527 198703 2 007

Donny Widarto, S.Pd
NIP. -