

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Kosgoro 1 Bandar Sribhawono
Kelas / Semester : VII / I (Gasal)
Tema : Aktivitas Permainan Bola Besar
Sub Tema : Aktivitas Permainan Bola Besar Melalui Permainan Bola Voli
Pembelajaran Ke : I (Satu)
Alokasi Waktu : 3 X 35 Menit

I Standar Kompetensi : mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

II Kompetensi Dasar : mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri

III Indikator

- Menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dengan teknik yang benar
- Menendang bola menggunakan kaki bagian luar dengan teknik yang benar
- Menendang bola menggunakan punggung kaki dengan teknik yang benar
- Mengontrol atau menghentikan bola menggunakan kaki bagian dalam dengan teknik yang benar
- Mengontrol atau menghentikan bola menggunakan kaki bagian luar dengan teknik yang benar
- Mengontrol atau menghentikan bola menggunakan punggung kaki dengan teknik yang benar

IV Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan passing atas bola voli dengan benar
- Siswa dapat melakukan passing bawah bolavoli dengan benar
- Siswa dapat bermain bola voli dengan baik menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

Fokus Penguatan Karakter:

- Berani
- Percaya diri
- Kerja sama
- Menghargai sesama
- Pantang menyerah

V Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
Peragaan gerak langsung oleh guru/siswa.
- Inclusive (cakupan)
Guru berperan sebagai pembuat keputusan dalam perencanaan, sedangkan peserta didik/ siswa menentukan pilihan terhadap kelompok kegiatan dalam pelaksanaan dan evaluasi.
- Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
Guru memberikan contoh gerakan bagian perbagian dari mudah ke sulit, siswa mengamati kemudian melakukan sesuai contoh.
- Penugasan

VI Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan I

a. Kegiatan Awal:

Apresepsi/motivasi

- Siswa dibariskan menjadi empat barisan atau lebih (menyesuaikan banyak sedikitnya jumlah siswa)
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- Mendemostrasikan materi inti yang akan dilakukan atau dipelajari

b. Kegiatan Inti:

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru :

- Melakukan teknik dasar passing atas
- Teknik dasar (passing atas) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :
 - Melakukan passing atas dengan cara mendorong bola di tempat (perorangan)
 - Melakukan passing atas dengan cara menangkap lalu mendorong yang diawali dengan bola dilambung di tempat (perorangan)
 - Melakukan passing atas sambil berjalan dan gerak menyamping kanan dan ke kiri (perorangan)
 - Melakukan passing atas bola dilambung teman dari depan di tempat (berpasang

Kolaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru :

- Melakukan latihan koordinasi teknik dasar bermain bola voli (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik.
- Bermain bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi secara berkelompok (jumlah pemain, lapangan permainan, dan peraturan permainan dimodifikasi).
- Memberikan umpan balik kepada siswa dan apresiasi kepada siswa setelah melakukan teknik yang diajarkan.
- Guru memfasilitasi masing masing kelompok dengan rangkaian gerakan passing, dan kontrol bola

Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, Siswa:

- Menyimpulkan tentang hal-hal yang belum diketahui (*nilai yang ditanamkan: Disiplin, Kerja keras, Kreati, Rasa ingin tahu, Cinta Tanah air.*);
- Menjelaskan tentang hal-hal yang belum diketahui. (*nilai yang ditanamkan: Menghargai prestasi, Bersahabat, Cinta damai, Gemar membaca, Tanggung jawab.*);

c. Kegiatan Akhir:

- Pendinginan (*cooling down*)
- Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah diajarkan
- Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan yang telah dilakukan

VII ALAT DAN SUMBER BELAJAR

Sumber Buku:

- Muhajir. 2017. PJOK (Buku siswa). Jakarta: Kemdikbud (1-66).
- Muhajir. 2017. PJOK (Buku guru). Jakarta: Kemdikbud (1-66).

Alat :

- Lapangan
- stopwatch
- peluit
- bola voli
- net

A. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor Melakukan passing atas dan bawah bolavoli Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan teknik dasar passing passing atas dan bawah bolavoli ! Posisi kedua lengan saat passing atas, adalah <ul style="list-style-type: none"> a. diluruskan dan rapat
Aspek Kognitif	Tes tertulis		

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none">Mengetahui bentuk-bentuk passing atas dan bawah pada permainan bola voli Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none">Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian	Tes observasi	Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none">b. ditekuk dan rapatc. disilang dan rapatd. diduluskan dan dibuka <ul style="list-style-type: none">Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

Mengetahui,
Kepala Sekolah SMP KOSGORO I

Sribhawono, 2020
Guru Mapel PJOK.

Budi Lestari

Sutini, S.Pd

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Kosgoro 1 Bandar Sribhawono
Kelas / Semester : VII / I (Gasal)
Tema : Aktivitas Permainan Bola Besar
Sub Tema : Aktivitas Permainan Bola Besar Melalui Permainan Bola basket
Pembelajaran Ke : I (Satu)
Alokasi Waktu : 3 X 35 Menit

VIII Standar Kompetensi : Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

IX Kompetensi Dasar : Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri

X Indikator

- Siswa dapat melakukan passing bola basket dari depan dada, dengan benar
- Siswa dapat melakukan passing bola basket dengan dipantul, dengan benar
- Siswa dapat melakukan passing bola basket melalui atas kepala, dengan benar
- Siswa dapat bermain bola basket dengan baik menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

XI Tujuan Pembelajaran

- Siswa dapat melakukan passing bola basket dari depan dada dengan benar
- Siswa dapat melakukan passing bola basket dengan dipantul dengan benar
- Siswa dapat bermain bola basket dengan baik menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

Fokus Penguatan Karakter:

- Berani
- Percaya diri
- Kerja sama
- Menghargai sesama
- Pantang menyerah

XII Metode Pembelajaran

- Demonstrasi
Peragaan gerak langsung oleh guru/siswa.
- Inclusive (cakupan)
Guru berperan sebagai pembuat keputusan dalam perencanaan, sedangkan peserta didik/ siswa menentukan pilihan terhadap kelompok kegiatan dalam pelaksanaan dan evaluasi.
- Bagian dan keseluruhan (*Part and whole*)
Guru memberikan contoh gerakan bagian perbagian dari mudah ke sulit, siswa mengamati kemudian melakukan sesuai contoh.
- Penugasan

XIII Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan I

d. Kegiatan Awal:

Apresepsi/motivasi

- Siswa diberiskan menjadi empat barisan atau lebih (menyesuaikan banyak sedikitnya jumlah siswa)
- Mengecek kehadiran siswa
- Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- Melakukan kegiatan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- Mendemostrasikan materi inti yang akan dilakukan atau dipelajari

e. Kegiatan Inti:

Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Melakukan teknik dasar passing dari depan dada
- Teknik dasar (passing bolabasket dari depan dada, dan menangkap) dengan rincian kegiatan sebagai berikut :
 - Melakukan passing dari dada dengan cara mendorong bola ke arah teman di hadapannya (perorangan), di tempat

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Melakukan passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala) Bermain bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi 	Tes praktik (Kinerja) Tes tertulis	Tes Contoh Kinerja Pilihan ganda/uraian singkat	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan teknik dasar passing bola dari (dada, pantul dan atas kepala) ! Posisi kedua lengan setelah melakukan passing bola basket, adalah . <ol style="list-style-type: none"> diluruskan ke depan ditekuk di depan badan disilang di depan badan diduluskan ke samping
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk-bentuk passing bola dari (dada,pantul dan atas kepala) 			
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	Tes observasi	Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian

Mengetahui,
Kepala Sekolah SMP KOSGORO I

Sribhawono, 2020
Guru Mapel PJOK.

Budi Lestari

Sutini, S.Pd