

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 1 Bawang
Kelas / Semester : VIII / Genap
Tema : Bola Voli
Sub Tema : variasi passing bawah dan passing atas Bola Voli
Pembelajaran ke : 1
Alokasi waktu : 1 x pertemuan

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti pembelajaran passing bawah dan passing atas bola voli peserta didik dapat:

1. Menjelaskan tahapan gerakan passing bawah dan passing atas bola voli
2. Menjelaskan cara melakukan variasi passing bawah dan passing atas bola voli
3. Mempraktikkan berbagai bentuk variasi gerakan passing bawah dalam bola voli
4. Mempraktikkan berbagai bentuk variasi gerakan passing atas dalam bola voli

B. Kegiatan Pembelajaran

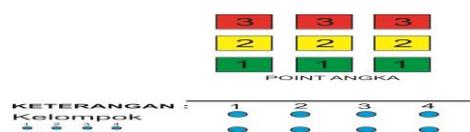
1. Kegiatan Pendahuluan

- a. Peserta didik disiapkan presensi, guru menanyakan kondisi peserta didik
- b. Guru memberikan motivasi ,menjelaskan tujuan pembelajaran dan teknik penilaian
- c. Melakukan apersepsi mengecek pemahaman peserta didik

2. Kegiatan Inti

- a. peserta didik mengidentifikasi gambar dan gerakan passing bawah dan passing atas bola voli melalui link <https://passinggrade.co.id/passing-atas-bola-voli/>
- b. peserta didik mencermati buku siswa pjok kelas VIII hal 43- 45 terkait materi passing bawah dan passing atas bola voli dan melakukan tanya jawab
- c. peserta didik mempresentasikan hasil diskusi materi passing bawah dan passing atas
- d. peserta didik menjadi 4 kelompok kecil secara acak, tiap-tiap kelompok mempraktikkan tahapan passing bawah dan atas
- e. Peserta didik mempraktikkan gerakan variasi passing bawah dan atas bola voli dalam Turnamen

Pertandingan antar kelompok



3. Penutup

- a. Guru beserta peserta didik menarik kesimpulan
- b. Guru melakukan refleksi atas manfaat proses pembelajaran
- c. Guru dan peserta didik berdoa dan menyampaikan pembelajaran pada pertemuan berikutnya

C. Penilaian Pembelajaran

Sikap : Observasi dengan instrumen jurnal
Pengetahuan : tes tertulis
Keterampilan : Praktik passing bawah dan passing atas

Kepala SMP N 1 Bawang

Bawang, 5 Januari 2022

Guru mata pelajaran

Fransiska Yulianti Parera, S.Pd
NIP. 19690705 19910 2 016

Faizun Ashar, S.Pd
NIP. 19850107 200903 1004

Lampiran

PENILAIAN

1. Penilaian Sikap

Penilaian perkembangan sikap spiritual dan sosial dalam bentuk jurnal.

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SPIRITUAL

Nama Sekolah : SMP N 1 Bawang

Kelas/Semester : VIII / genap

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Waktu	Nama Peserta didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
3						
Dst.						

JURNAL PERKEMBANGAN SIKAP SOSIAL

Nama Sekolah : SMP N 1 Bawang

Kelas/Semester : VIII/genap

Tahun Pelajaran : 2021/2022

No	Waktu	Nama Peserta didik	Catatan Perilaku	Butir Sikap	Tanda Tangan	Tindak Lanjut
1						
2						
3						

2. Penilaian Pengetahuan

1) Tes Tertulis

1) Kisi-kisi

No	Kompetensi Dasar	Materi	Indikator Pencapaian Kompetensi	Bentuk Soal	Jml Soal
1	3.1 Memahami konsep variasi gerak spesifik dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional.*)	Bola Voli	3.1.1 Menjelaskan tahapan-tahapan gerak passing atas dalam bola voli	Uraian	1
			3.1.2 Menjelaskan tahapan gerak passing bawah bola voli	Uraian	1
			3.1.3 Menjelaskan cara melakukan gerak variasi passing bawah bola voli	Uraian	1
			3.1.4 Menjelaskan cara melakukan gerak variasi passing atas bola voli	Uraian	1

SOAL:

1. Jelaskan tahap-tahap melakukan gerak spesifik passing atas dalam bola voli!
2. Jelaskan tahap-tahap melakukan gerak spesifik passing bawah dalam bola voli!
3. Jelaskan cara melakukan variasi passing bawah bola voli perorangan!
4. Jelaskan cara melakukan variasi passing atas berpasangan dalam bola voli

KUNCI JAWABAN

1. Tahap-tahap melakukan gerak spesifik passing atas bola voli !
 - a. Persiapan
Berdiri dengan kedua kaki di buka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan , posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk di depan atas wajah (muka).
 - b. Gerakan
Dorong kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah atas wajah. Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai ujung jari-jari tangan.
 - c. Akhir gerakan
Tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik, serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti ke arah gerakan bola.
 2. Jelaskan tahap-tahap melakukan gerak spesifik passing bawah bola voli!
 - a. Persiapan :
Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk, rapatkan dan luruskan lengan di depan badan sehingga kedua bu jari sejajar, pandangan ke arah datangnya bola
 - b. Gerakan
Dorongkan lengan ke arah datangnya bola bersamaan dengan kedua lutut dan pinggul naik dan tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan, perkenaan bola tepat pada pergelangan tangan.
 - c. Akhir gerakan
Tumit terangkat dari lantai pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti ke arah gerakan bola.
 3. Jelaskan cara melakukan variasi passing bawah dalam bola voli perorangan!
 - a. Bola di lambungkan sendiri kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali
 - b. Bola di pantulkan ke lantai kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali
 - c. Bola di lambungkan sendiri kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali kemudian di passing bawah mengenai sasaran
 4. Jelaskan cara melakukan variasi passing atas dalam bola voli berpasangan!
 - a. Pemain A melambungkan bola kearah pemain B, Pemain B melakukan passing kearah atas kearah A melakukan gerakan secara bergantian
 - b. Pemain A melakukan passing atas kearah B, Pemain B melakukan passing kearah A
- 2) Pedoman penskoran pengetahuan
- Penskoran
- a. Soal nomor 1
 - 1) Skor 3, jika semua penjelasan benar dan lengkap
 - 2) Skor 2, jika bisa menjelaskan 2 butir jawaban
 - 3) Skor 1, jika bisa menjelaskan 1 butir jawaban
 - 4) Skor 0, jika tidak bisa menjelaskankan butir jawaban
 - b. Soal nomor 2
 - 1) Skor 3, jika penjelasan benar dan lengkap
 - 2) Skor 2, jika bisa menjelaskan 2 butir jawaban
 - 3) Skor 1, jika bisa menjelaskan 1 butir jawaban
 - 4) Skor 0, jika bisa mnjelaskan butir jawaban

- c. Soal nomor 3
- 1) Skor 3, jika semua penjelasan benar dan lengkap
 - 2) Skor 2, jika bisa menjelaskan 2 butir jawaban
 - 3) Skor 1, jika bisa menjelaskan 1 butir jawaban
 - 4) Skor 0, jika tidak bisa menjelaskankan butir jawaban
- d. Soal nomor 4
- 1) Skor 3, jika gambar dan penjelasan benar dan lengkap
 - 2) Skor 2, jika bisa menjelaskan 1 butir jawaban
 - 3) Skor 1, jika bisa menggambarkan butir jawaban
 - 4) Skor 0, jika tidak bisa menjelaskankan butir jawaban

➤ Pengolahan skor

Skor maksimum: 12

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$

3. Penilaian keterampilan

Butir soal:

1. Praktikan cara melakukan tahapan gerak spesifik passing bawah dalam bola voli dengan benar!
2. Praktikan cara melakukan tahapan gerak spesifik passing dalam bola voli. dengan benar!
3. Praktikan gerakan variasi passing bawah dalam bola voli secara perorangan!

Rubrik penilaian

indikator	Kriteria	Skor
Pasing bawah	<p>a.Persiapan :</p> <p>Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu dan lutut ditekuk, rapatkan dan luruskan lengan di depan badan sehingga kedua bu jari sejajar,pandangan ke arah datangnya bola</p> <p>b.Gerakan</p> <p>Dorongkan lengan ke arah datangnya bola bersamaan dengan kedua lutut dan pinggul naik dan tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah badan, perkenaan bola tepat pada pergelangan tangan.</p> <p>c.Akhir gerakan</p> <p>Tumit terangkat dari lantai pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti ke arah gerakan bola.</p> <p>Penskoran Jika memenuhi 3 kriteria Jika memenuhi 2 kriteria Jika memenuhi 1 kriteria Jika tidak memenuhi kriteria</p>	<p>3 2 1 0</p>
Passing atas	<p>a.Persiapan</p> <p>Berdiri dengan kedua kaki di buka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan , posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehngga membentuk seperti mangkuk di depan atas wajah (muka).</p> <p>b.Gerakan</p> <p>Dorong kedua lengan ke arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat. Usahakan arah datangnya bola tepat di tengah-tengah atas wajah. Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai ujung jari-jari tangan.</p> <p>c. Akhir gerakan</p> <p>Tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik, serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti ke arah gerakan</p> <p>Penskoran Jika memenuhi 3 kriteria</p>	

<p>Variasi passing bawah secara perorangan</p>	<p>Jika memenuhi 2 kriteria Jika memenuhi 1 kriteria Jika tidak memenuhi kriteria</p> <p>a. Bola di lambungkan sendiri kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali b. Bola di pantulkan ke lantai kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali c. Bola di lambungkan sendiri kemudian di passing bawah sebanyak 2 kali kemudian di passing bawah mengenai sasaran</p> <p>Penskoran Jika memenuhi 3 kriteria Jika memenuhi 2 kriteria Jika memenuhi 1 kriteria Jika tidak memenuhi kriteria</p>	
--	---	--

$$\text{Nilai} = \frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimum}} \times 100$$