

## SATUAN ACARA PELATIHAN

Oleh: Totok Sugiyarto

- Nama Pelatihan : Simulasi Mengajar Calon Praktik Pengajar (Angkatan 5)  
Nama Mata Diklat : Simulasi Mengajar Tentang Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar Dalam Permainan Bola Besar (Topik 9)  
Tujuan pelatihan : Peserta dapat memahami dan mempraktekkan variasi dan kombinasi gerak dasar passing bawah bola voli dengan baik dan benar.  
Indikator pelatihan : Peserta dapat menjelaskan dan mempraktikkan variasi dan kombinasi gerak dasar passing bawah bola voli dengan baik dan benar.  
Alokasi waktu : 10 menit

### A. PENDAHULUAN (alokasi waktu : 2 menit)

- ✚ Menyiapkan peserta didik membentuk lingkaran (semua peserta didik dapat melihat guru)
- ✚ Mengawali kegiatan berdoa dilanjutkan dengan dengan presensi dan menanyakan kondisi kesehatan masing-masing
- ✚ Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai
- ✚ Guru melakukan apersepsi dengan bertanya tentang apa yang telah diketahui peserta didik tentang variasi dan kombinasi gerak dasar passing bawah bola voli untuk mengetahui pengetahuan awal peserta didik agar guru dapat menentukan metode/teknik pembelajaran yang sesuai bagi peserta didik. (*Communication*)
- ✚ Melakukan *Stretching* dan *warming up*

### B. KEGIATAN INTI (alokasi waktu : 6 menit)

#### 1. Mengamati

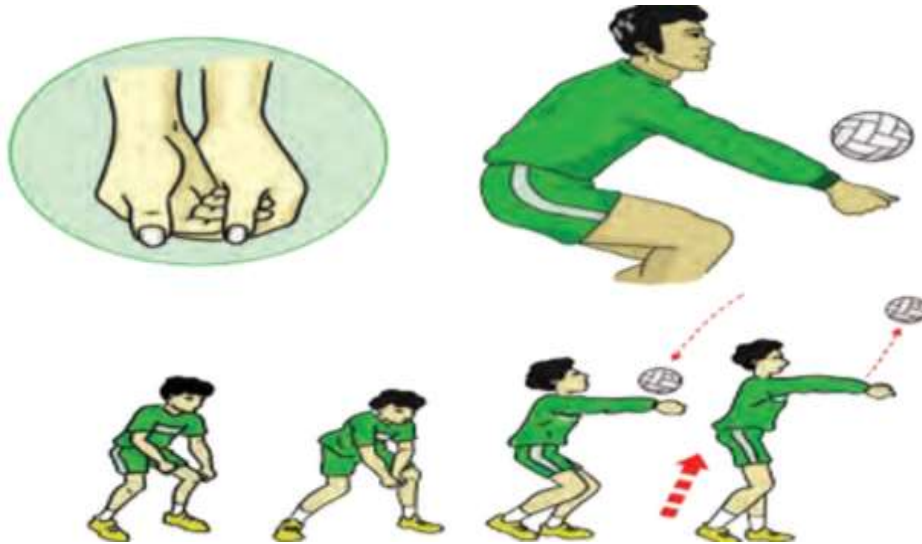
- ✚ Guru menunjukkan gambar dan Memperagakan tahapan-tahapan/urutan gerak dasar passing bawah bola voli tanpa bola kemudian dengan bola dan peserta didik mengamati serta diharapkan dapat memberikan pertanyaan sesuai pemahamn masing-masing.
- ✚ Guru memberikan semangat dan motivasi kepada peserta didik supaya pembelajaran lebih menarik. *Critical Thinking and Problem Solving*

#### 2. Menanya

- ✚ Guru memberi kesempatan peserta didik mengajukan pertanyaan kepada guru supaya pemahamannya semakin meningkat. (Mandiri)
- ✚ Peserta didik mengidentifikasi atau membuat pernyataan-pernyataan, tentang tahapan-tahapan passing bawah bola voli dengan menggunakan bola dan tanpa bola.
- ✚ Guru mengarahkan peserta didik untuk menemukan jawaban dari pertanyaan peserta didik dengan berdiskusi bersama kelompoknya

### 3. Mencoba

- ✚ Guru membimbing peserta didik mengeksplorasi bersama kelompoknya untuk menemukan informasi yang berkaitan dengan gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli. (Gotong Royong)
- ✚ Guru mempersilahkan peserta didik untuk memperagakan passing bawah pada permainan bola voli, gerakan tanpa bola dilanjutkan dengan gerakan menggunakan bola di bawah bimbingan guru. (Mandiri)



<https://www.kompas.com/sports/image/2021/06/09/22000098/tahapan-melakukan-passing-bawah-dalam-bola-voli?page=1>

- ✚ Masing-masing Peserta didik mempraktikkan gerak dasar passing bawah bola voli dengan pengawasan guru.
  - ✚ Peserta didik mempraktikkan gerakan dasar passing bawah bola voli dengan berpasangan.
- ### 4. Menalar
- ✚ Guru mendampingi peserta didik dalam menyimpulkan hasil peragaan dengan menuliskannya pada buku tugas dengan rapi. (Integritas)
  - ✚ Guru menjembatani peserta didik untuk menuliskan simpulannya dengan baik. *Creativity and Innovation.*
- ### 5. Mengkomunikasikan
- ✚ Guru memberikan arahan peserta didik dalam untuk mengemukakan secara lisan hasil analisisnya di depan kelas. (Mandiri)
  - ✚ Guru mengamati, membuat catatan evaluasi dan merespon kegiatan presentasi peserta didik.

C. PENUTUP (alokasi waktu : 2 menit)

- ✚ Melakukan *cooling down* atau pendinginan
- ✚ Guru merefleksikan hasil pembelajaran tentang gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli (Integritas)
- ✚ Guru memberikan umpan balik mengenai gerak dasar passing bawah pada permainan bola voli.
- ✚ Guru melakukan evaluasi dan menugaskan peserta didik untuk mempelajari materi. (Mandiri)
- ✚ Berdoa dan mengakhiri Kegiatan pembelajaran

Sumber/media pelatihan :

1. Sumber Pelatihan :

- a. Buku Guru Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia AKTIF BEROLAHRAGA Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan kelas VI edisi revisi 2019
- b. Buku Siswa Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia AKTIF BEROLAHRAGA Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan kelas VI edisi revisi 2019
- c. <https://www.kompas.com/sports/image/2021/06/09/22000098/tahapan-melakukan-passing-bawah-dalam-bola-voli?page=1>

2. Media Pelatihan :

- a. Lapangan Bola Voli
- b. Bola Voli
- c. Peluit
- d. Gambar dan video passing bawah bola voli