

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### (RPP)

Mata pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Satuan Pendidikan	: SMP N 1 Klaten
Kelas / semester	: VIII/Gasal
Materi pokok	: Variasi dan Kombinasi Lempar Tangkap, Dribble dan Lay Up
Alokasi waktu	: 3 x 40 Menit

#### A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyajikan 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

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1.a. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran. 1.1.c. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Berdoa sebelum pelajaran</li><li>• Berdoa sesudah pelajaran</li><li>• Menggunakan pakaian olahraga secara tepat dan sopan.</li></ul>
2.	2.2 Bertanggung jawab dalam	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mengembalikan alat-alat olahraga</li></ul>

	<p>penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p>	<p>ke tempatnya setelah menggunakan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berhati-hati dalam melakukan gerakan olahraga.</li> <li>• Menjalankan peraturan keselamatan dalam permainan bola basket</li> </ul>
3.	3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memahami variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket</li> </ul>
4.	4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan berbagai permainan bola besar dengan koordinasi yang baik.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket</li> <li>• Melakukan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket</li> </ul>

### **C. Tujuan Pembelajaran**

- 1) Terbiasa memanjatkan doa sebelum dan sesudah pelajaran dengan khusuk.
- 2) Menunjukkan perilaku tanggungjawab pada keselamatan diri dan kelompok.
- 3) Menunjukkan perilaku disiplin menjalankan peraturan keselamatan diri dan kelompok.
- 4) Peserta didik dapat menjelaskan rangkaian variasi dan kombinasi lempar tangkap, dribble dan lay up pada permainan bola basket dengan benar.
- 5) Peserta didik dapat memasukan bola dengan lay up dengan diawali rangkaian variasi dan kombinasi lemparan dan dribble pada permainan bola basket sebanyak 3 kali
- 6) Peserta didik dapat bermain sesungguhnya dan cara memasukan bola dengan lay up

### **D. Materi pembelajaran**

#### **Permainan Bola Basket**

Variasi dan Kombinasi Lempar Tangkap, Dribble dan lay Up Pada Permainan Bola Basket

#### **E. Metode Pembelajaran**

- a. Pendekatan : Pendekatan *Scientific*
- b. Metode : Komando

#### **F. Media Pemapelajaran**

- a. Alat:
  1. Bola basket
  2. Peluit
  3. Cone
- b. Fasilitas :
  1. Lapangan basket

#### **G. Sumber Belajar**

Buku teks : Jon Oliver. 2007. Dasar-Dasar Bola Basket. Bandung:Pakar Raya.

#### **H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

<b>Kegiatan</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Waktu</b>
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Berbaris, berdoa, presensi</li><li>• Apresiasi: “Apakah kalian tau Michael Jordan?”</li><li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li><li>• Pemanasan</li></ul> <p>Peserta didik ditarikkan empat bersyaf. Peserta didik melakukan lari keliling halaman sekolah sebanyak 3 kali. Kemudian dilanjutkan dengan bermain “Tikus dan Kucing”</p>	20 menit
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Mengamati</b></li></ul> <p>Guru memperlihatkan gambar tentang teknik lempar tangkap, dribble, dan lay up yang benar kepada peserta didik. Peserta didik</p>	

Inti	<p>diinstruksikan untuk mengamati.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Menanya</b> Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi. Jika tidak ada yang bertanya, guru akan mencoba memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan apa yang guru telah demonstrasikan dan mengarah pada pembelajaran yang akan dilaksanakan.</li> <li>• <b>Mengeksplorasi</b> Peserta didik berbaris 2 berbaris. Guru menginstrusikan kepada peserta didik untuk mencoba apa yang telah mereka lihat dari contoh yang dilakukan oleh Guru.</li> <li>• <b>Mengasosiasi</b> Guru memberikan teknik lempar tangkap, dribble, dan lay up yang benar. Peserta didik ditarik dua bersyaf dan melakukan lempar tangkap ( chest pass, bounce pass, dan over head pass ) secara berpasangan dan berlari dari ujung barat ke ujung timur lapangan basket, setelah peserta didik selesai melakukan lempar tangkap, selanjutnya peserta didik secara bergantian mengombinasikan gerakan dribble dan lay up dengan benar.</li> <li>• <b>Mengkomunikasikan</b> Peserta didik melakukan permainan bola basket sesungguhnya dengan teknik yang benar, namun memasukan bola harus dengan lay up.</li> </ul>	90 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pendinginan</b> Guru menginstruksikan siswa untuk pendinginan secara berpasangan.</li> <li>• <b>Evaluasi</b></li> <li>• <b>Penugasan</b> Guru menginstrusikan kepada peserta didik</li> </ul>	10 menit

	<p>untuk mempraktikan materi yang telah dipelajari di rumah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Berdoa</b></li> <li>• <b>Pembubaran</b></li> </ul>	
--	---	--

### I. Penilaian

1. Teknik penilaian : Tes sikap, tes unjuk kerja, tes tertulis
2. Bentuk penilaian : Observasi, tes uraian

#### Rubrik Penilaian

Perilaku / Sikap Dalam Varkomb Lempar Tangkap, Dribble, dan Lay Up  
Pada Bola Basket

Perilaku / Siakap Yang Diharapkan	Ceklist (✓)
1. Komunikatif	
2. Tanggung jawab	
3. Toleransi	
4. Kerja keras	
5. Kejujuran	
6. Kemandirian	
<b>Jumlah skor yang diperoleh :</b>	
<b>Jumlah skor maksimal : 6</b>	

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai sikap = \_\_\_\_\_ x 15  
Jumlah skor maksimal

Rubrik penilaian  
Unjuk Kerja Varkomb Lempar Tangkap Pada Bola Basket

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
1. Posisi lengan				
2. Gerakan lecutan pergelangan tangan				
3. Posisi kaki saat melempar				

4. Hasil lemparan bola				
5. Gerakan follow up				
<b>Jumlah skor yang diperoleh</b>				
:				
<b>Jumlah skor maksimal : 20</b>				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik = \_\_\_\_\_ x 15

Jumlah skor maksimal

**Rubrik penilaian**

**Unjuk Kerja Dribble Pada Bola Basket**

<b>Aspek Yang Dinilai</b>	<b>Kualitas Gerak</b>			
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1. Perkenaan telapak tangan pada bola				
2. Bentuk pantulan bola				
<b>Jumlah skor yang diperoleh</b>				
:				
<b>Jumlah skor maksimal : 8</b>				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik = \_\_\_\_\_ x 20

Jumlah skor maksimal

**Rubrik penilaian**

**Unjuk Kerja lay up Pada Bola Basket**

<b>Aspek Yang Dinilai</b>	<b>Kualitas Gerak</b>			
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1. Langkah kaki				
2. Hasil lemparan				
<b>Jumlah skor yang diperoleh</b>				
:				
<b>Jumlah skor maksimal : 8</b>				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai teknik = \_\_\_\_\_ x 30

Jumlah skor maksimal

**Rubrik Penilaian**

Kognitif / Pemahaman Konsep Varkomb Lempar Tangkap, Dribble, dan Lay Up  
Pada Bola Basket

<b>Pertanyaan yang diajukan</b>	<b>Kualitas Jawaban</b>			
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1. Bagaimana posisi tangan agar lemparan tepat pada tujuan?				
2. Bagaimana cara agar pantulan bola mudan di control?				
3. Apa penyebab bola tidak masuk saat melakukan lay up?				
<b>Jumlah skor yang diperoleh :</b>				
<b>Jumlah skor maksimal : 12</b>				

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai kognitif = \_\_\_\_\_ x 20

Jumlah skor maksimal

Nilai akhir = nilai sikap + nilai teknik + nilai kognitif

Senin, 11 Agustus 2014

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Rini Handayani

NIP. 196704232005012003

Anisha Arivianti Putri

NIM. 11601241082