

## **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**Sekolah : SMP Muhammadiyah 2 Depok**

**Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan**

**Kelas/Semester : VII / I ( satu )**

**Alokasi Waktu : 2 X 40 menit**

### **Standar Kompetensi**

1. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

### **Kompetensi Dasar**

1.1. Mempraktikkan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar lanjutan dengan baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

### **Indikator :**

- Kognitif : Siswa bermain permainan bola basket yang sudah dimodifikasi yaitu melakukan passing dada dan pantul tanpa melakukan dribble
- Afektif : Siswa bekerjasama dalam permainan bola basket yang sudah dimodifikasi
- Psikomotor : Siswa melakukan taktik menyerang dan bertahan dalam permainan bola basket yang sudah dimodifikasi

### **A. Tujuan Pembelajaran**

- a. Siswa dapat melakukan passing bola basket dari depan dada
- b. Siswa dapat melakukan passing bola basket dengan dipantul

c. Siswa dapat bermain bolabasket menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk memupuk nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai teman

v **Karaktersiswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* )

Tekun(*diligence* )

Tanggungjawab(*responsibility*)

Ketelitian(*carefulness*)

Kerja sama ( *Cooperation* )

Toleransi ( *Tolerance* )

Percaya diri ( *Confidence* )

Keberanian ( *Bravery* )

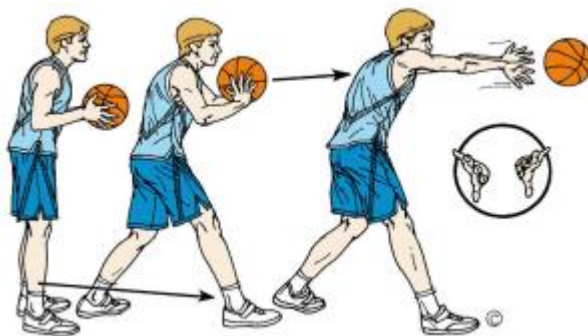
## **B. Materi Pembelajaran**

Permainan Bola basket

. Passing atas bolabasket dari depan dada dan pantul

. Bermain bola basket menggunakan peraturan yang dimodifikasi

### **1. Passing Depan Dada ( Chest Pass )**



Chest artinya dada. Chest passa dalah memberikan bola kekawan dengan cara di passing tepat diarah depan dada. Kelebihan chest pass adalah lebih cepat, lebih kuat untuk mencapai kawan. Cocok untuk team dengan tipe quick passing.

Adapun urutan teknik chest pass adalah sebagai berikut:

1. Cara Memegang Bola,
2. Awalan,

3. Tolakan atau Lemparan,
4. Gerakan Lanjutan,
5. Menerima Bola.

### **C. Metode Pembelajaran**

- Comando
- Demonstrasi

### **D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

#### **1. Kegiatan Pendahuluan ( 15 menit )**

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Peserta didik dibariskan 2 bersaf

X X X X X

X X X X X

O

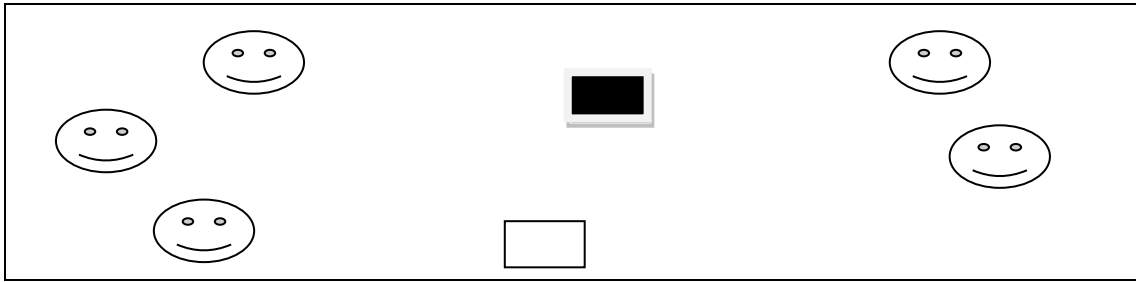
- Berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing
- Guru membuka pelajaran untuk membangkitkan motivasi peserta didik
- Guru memimpin pemanasan dalam bentuk permainan

#### **Pemanasan dalam bentuk permainan “Penculik Anak “**

Peraturan Permainan :

1. permainan menggunakan lapangan yang berukuran 10 x 10 meter
2. 2 orang siswa menjadi penculik dan siswa lainnya menjadi anak
3. bagi yang ditangkap maka ikut bergabung menjadi penculik
4. bagi siswa yang bertugas sebagai penculik, cara mematakannya dengan cara melempar atau mendorong bola basket dengan pegangan menyerupai passing depan dada atau passing pantul kepada anak tersebut
5. siswa yang terkena lemparan tersebut bergabung dengan penculik

## Gambar Lapangan



Keterangan :



Tim Penculik ( yang membawa bola )



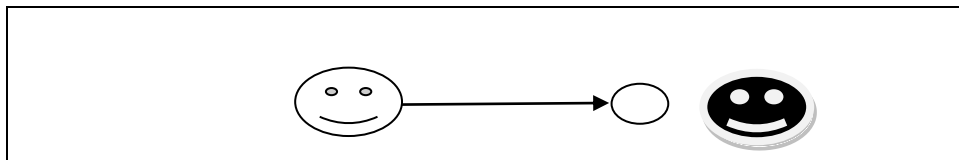
Tim Anak

## 2. Kegiatan Inti ( 55 menit)

### §Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru menginstruksikan siswanya untuk melakukan passing depan dada ( chest pass ) dan passing pantul ( bounce pass ) secara berpasangansesuai dengankemampuansiswanya.

Gambar



Keterangan :



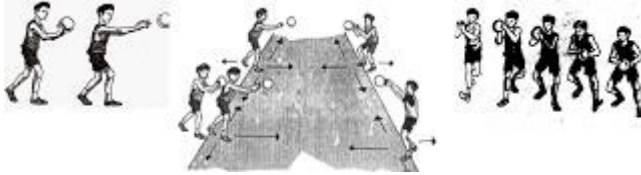
### § Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- Memberikan demonstrasi bagaimana teknik passing dada ( chest pass ) dengan benar.
- Membagi murid menjadi 2 kelompok besar dan membrikan penugasan untuk melakukan latihan passing tersebut secara berpasangan.



Gambar 1 :



Gambar2 :



§ Melakukan passing dada dengan cara memantulkan bola ke tembok secara perorangan

§ Melakukan passing dada secara berpasangan dengan temannya dan saling berhadapan

### § *Konfirmasi*

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

·Guru memberikan permainan bola basket dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan teknik passing dada dengan pertauran sebagai berikut :

Ø Siswa dibagi menjadi 2 tim dengan masing-masing anggota sama

Ø Tim menyerang dari garis paling belakang dari tim penyerang

Ø Permainan hanya menggunakan passing dari depan dada

Ø Tim yang menyerang tidak boleh melakukan dribble dan tidak boleh melakukan passing ke belakang

Ø Tim penyerang hanya boleh melakukan passing ke depan dan ke samping kanan atau kiri

Ø Tim mendapatkan poin jika berhasil memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan passing dada

·Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

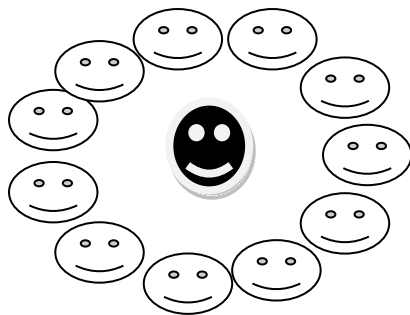
### 3. Kegiatan Penutup ( 10 menit )

\*Peserta didik melakukan pendinginan dengan melakukan permainan “Kelipatan”,

Cara main :

- Peserta didik duduk melingkar
- Guru berada di tengah-tengah peserta didik
- Guru menyebutkan angka 3 dari Andi, berarti Andi orang pertama dan orang ketiga wajib menyebutkan nama buah dan seterusnya
- Arah putaran adalah searah dengan jarum jam
- Peserta didik yang tidak bisa menjawab keluar dari lingkaran tersebut

**Gambar Permainan :**



Keterangan :



Pembarisan dilakukan dengan membariskan kembali siswa menjadi 2 shaf dan dihitung lagi berapa banyak siswa seperti saat pendahuluan

\*Evaluasi belajar yang sudah dilaksanakan pada hari itu mengenai berbagai variasi pukulan dalam permainan kasti

\*Guru memberikan informasi materi yang akan dipelajari untuk pertemuan selanjutnya

### **E. Sumber Belajar**

- Ruang terbuka yang datar dan aman
- Bola basket
- Lapangan bola basket

## F. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

### RUBRIK PENILAIAN

#### UNJUK KERJA/KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PASSING DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

No	Aspek Yang Dinilai	SKOR			Jumlah
		1	2	3	
1.	Melakukan teknik passing dada dalam permainan bola basket dengan benar				
2.	Melakukan tolakan bola dengan benar pada passing dada				
3.	Melakukan teknik dasar passing dada dengan benar dalam permainan bola basket yang dimodifikasi				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

#### KriteriapenilaianKeterampilan (unjukkerja)

##### Kriteriaskor

Skor 3 jika mampu melakukan sikap awalan, tolakan atau lemparan dan gerakan lanjutan dengan benar

Skor 2 jika mampu melakukan sikap awalan dan tolakan atau lemparan dengan benar tetapi gerakan lanjutan belum muncul

Skor 1 jika siswa hanya mampu melakukan tolakan atau lemparan dengan benar

$$\text{NILAI KETRAMPILAN/UNJUK KERJA} = \underline{\text{JUMLAH SKOR}} \times 100$$



**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PENGETAHUAN TEKNIK DASAR PASSING DADA**

NO	ButirPertanyaan	KriteriaPensekoran			Jumlah
		1	2	3	
1	Bagaimana cara melakukan passing dada dengan gerakan yang tepat dan benar				
2	Apa tujuan melakukan passing dada dalam permainan bola basket				
3	Bagaimana cara melakukan tolakan pada saat passing dada				
	JUMLAH				
	JUMLAH SKOR MAKSIMAL 9				

**Petunjuk Penskoran :**

**Skor 3, jika dapat menyebutkan 3 kriteria**

**Skor 2, jika dapat menyebutkan 2 kriteria**

**Skor 1, jika dapat menyebutkan 1 kriteria**

$$\text{NILAI AFEKTIF/SIKAP} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{JUMLAH SKOR}} \times 100$$

$$\text{SKOR MAKSIMAL NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{JUMLAH SKOR}} \times 100$$

**SKOR MAKSIMAL**

## RUBRIK PENILAIAN

### PERILAKU/SIKAP DALAM PERMAINAN BOLA BASKET

NO	PERILAKU YANG DINILAI	CEK ( v )		
		BAIK (3)	SEDANG (2)	KURANG (1)
1	Kerjasama			
2	Percayadiri			
3	Disiplin			

#### Kriteria Penilaian :

Skor 3 jika kerja sama, percaya diri dan disiplin saat mengikuti pembelajaran dengan baik

Skor 2 jika kerjasama dan percaya diri baik akan tetapi kurang disiplin saat proses pembelajaran

Skor 1 jika siswa hanya mampu melakukan kerjasama dengan teman dalam satu kelompok

Mengetahui Guru Pembimbing



(Primadi Pamungkas, S.Pd)

Mengetahui Praktikkan



( Ade Prasetyo )

13601241125