**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nama Sekolah | : | SMP N 2 GODEAN |
| Mata Pelajaran | : | Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan |
| Materi pelajaranKelas / Semester | :: | Permainan BolabasketIX / I |
| Pertemuan  | : | Ke- 4 (2x40 menit) |

**Standar Kompetensi\***

 1. Mempraktikan berbagai teknik dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

**Kompetensi Dasar**

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

**Indikator**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kegiatan Siswa** | **K** | **P** | **A** |
| Menjelaskan teknik dasar permainan bola basket | **√** |  |  |
| Menjelaskan format pemain permainan bola basket | **√** |  |  |
| Menjelaskan peraturan permainan bola basket | **√** |  |  |

1. **Tujuan Pembelajaran**
2. Siswa mampu menjelaskan teknik dasar permainan bola basket, dengan benar.
3. Siswa mampu menjelaskan format pemain dalam permainan bola basket, dengan benar.
4. Siswa mampu menjelaskan peraturan permainan bola basket, dengan benar

**Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin

Tanggung Jawab

Percaya diri

1. **Materi Pembelajaran**

**Bola Basket**

* Teknik passing.
* Teknik menggiring bola basket.
* Teknik menembak sambil melompat (*jump shoot*)
1. **Metode Pembelajaran**
* Komando
* Demonstrasi

**Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Kegiatan** | **Waktu** | **Keterangan** |
| 1. **Pendahuluan**
* Siswa dibariskan, berdoa, salam pembuka, presensi.

Apersepsi.* Pemanasan statis, dinamis, peregangan mulai dari kepala sampai kaki, kemudian dilanjutkan permainan dengan cara sebagai berikut, siswa dipasahkan antara putra dan putrid. Kemudian di perintahkan bermain -kucing-kucingan. Cara memainkannya saling oper untuk menguasai bola agar bola tidak direbut. Teknik melemparnya dengan cara mendorong kedepan tidak boleh ada bola lambung, bila bola melambung dianggap pelanggaran dan yang melanggar ganti menjadi kucing.
 | 5menit |  |
| **Kegiatan inti** **Eksplorasi**Teknik dasar permainan bola basket. Teknik passing-Latihan passing dengan bergerak ke samping dapat dilakukan berpasangan. Kedua pemain mengoper bola dengan bergerak ke samping, menempuh jarak 15-20 meter. Pemain A menggunakan operan chest pass, pemain B menggunakan operan bounce pass. Saat kembali, saling bertukar posisi.1. Teknik menggiring bola basket dapat dibedakan menjadi 2, yaitu:

- Menggiring bola tinggi, untuk memperoleh posisi mendekati ring lawan dengan cepat.- Menggiring bola rendah, untuk menyusup dan mengacaukan pertahanan lawan, serta mendribel bola dalam menghadapi lawan.- Untuk melatih koordinasi dan meningkatkan keterampilan menggiring, latihan dapat berupa:* Latihan mendribel berkelok-kelok

Buatlah rintangan dengan *cone* sebanyak 5 buah dengan jarak masing – masing 2 meter. Lakukan mendribel bola dengan *zig-zag* melewati rintangan. Lakukan secara bergantian dan ulangi beberapa kali.Latihan mendribel menghindari lawan.Lakukan gerakan mendribel bola melewati teman yang berdiri. Sebelum melewati rintangan, lakukan gerak tipu ke kanan atau ke kiri1. Teknik menembak sambil melompat (*jump shoot*) dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu:
* Menembak sambil melompat menggunakan dua tangan dengan sikap awal berdiri kedua kaki sejajar dan lutut sedikit ditekuk. Pegang bola dengan kedua tangan di depan dada. Kemudian, bola diangkat di atas depan kepala dan pandangan kea rah sasaran. Tolakan kedua kaki ke atas bersama-sama, badan lurus, dan luruskan kedua tangan ke atas dengan gerakan mendorong.
* Lepaskan bola pada saat mencapai titik tertinggi loncatan, dibantu dengan lecutan pergelangan tangan. Diakhiri
* mendarat dengan kedua kaki dan lutut mengeper.
* Menembak sambil melompat menggunakan satu tangan secara teknik hamper sama dengan cara menembak menggunakan dua tangan, perbedaannya terletak pada saat melepas bola yaitu dengan satu tangan.

**Elaborasi**Formasi pemain* *Guard* (2 pemain) sebagai pertahanan daerah belakang. Posisi *guard* tidak harus berada di belakang pada saat menyerang, tetapi *guard* juga dapat menjadi pemberi umpan atau memasukkan bola ke ring lawan.
* *Forward* (2 pemain) sebagai penyerang utama. Tugas seorang *forward* adalah menyerang atau menyusup ke pertahanan lawan, tetapi dapat membantu *guard* untuk menghalangi lawan memasuki daerah pertahanan.
* *Center* (1 pemain) sebagai perebut bola saat permainan dimulai (*jump ball*).

Tugas lainnya membendung tembakan lawan, melakukan *rebound*, pembagi bola dalam penyerangan.**Konfirmasi**1. Peraturan permainan bola basket

Permainan bola basket diawali dengan *jump ball.* Untuk pemain tiga lawan tiga. Menggunakan satu ring, pemain yang menguasai bola setelah empat kali operan harus melakukan shooting, bila tidak dianggap pelanggturan dan bola untuk tim bertahan. Bila tim bertahan berhasil merebut bola, bola harus keluar dari area daerah two point atau dimulai dari area three point. Kemudian baru boleh melakukan serangan. Waktu setiap pertandingan 5 menit.  | 25 menit |  |
| 1. **Penutup**
2. Evaluasi proses pembelajaran.
3. Berdoa dan salam penutup.
 | 10 menit |  |

**E. SumberBelajar**

* Ruang terbuka/lapangan
* Cone, bolabasket
* Buku referensi,***Roji, PendidikanJasmani, OlahragadanKesehatanKelas VII***,
* Lembar Kerja Proses Belajar, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

**F. Penilaian**

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajar

| **Indikator Pencapaian Kompetensi** | **Penilaian** |
| --- | --- |
| **Teknik** | **Bentuk****Instrumen** | **Contoh****Instrumen** |
| **Aspek Psikomotor*** Melakukan teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala)
* Bermain dengan peraturan yang di modifikasi

**Aspek Kognitif*** Mengetahui bentuk teknik dasar passing (dada, pantul dan dari atas kepala)

**Aspek Afektif*** Kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan
 | Tes praktik(Kinerja)Tes tertulisTesobservasi | Tes Contoh KinerjaPilihan ganda/uraian singkatLembar observasi | Lakukan teknik dasar passing dengan baik.Menjawab soal tentang materi yang disampaikan. Kerjasama, toleransi, percaya dini, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. |

1. Teknik penilaian:
* Tes unjuk kerja (psikomotor):

 Lakukan koordinasi, passing (dada, pantul, dariataskepala).

*Keteragan:*

Berikan penilaian terhadap kualitas unjukkerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampaidengan 4

 ***Jumlahskor yang diperoleh***

***Nilai= ----------------------------------------- X 50***

 ***Jumlahskormaksimal***

- Pengamatan sikap (afeksi):

Melakukan koordinasi, passing (dada, pantul, dari ataskepala) dengan baik serta menanamkan nilai kerjasama, toleransi, percayadiri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

Keterangan:

Berikan tanda cek( √ ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek( √ ) mendapat nilai 1

###### **Jumlahskor yang diperoleh**

***Nilai = ----------------------------------------- X 30***

 ***Jumlahskormaksimal***

* Kuis/embedded *test* (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai koordinasi, passing (dada, pantul, dariataskepala) dan koordinasi.

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan

 ***Jumlahskor yang diperoleh***

***Nilai= ----------------------------------------- X 20***

 ***Jumlahskormaksimal***

 - Nilai akhir yang diperoleh siswa =

**Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis**

1. RubrikPenilaian

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN B0LABASKET

|  |  |
| --- | --- |
| **Aspek Yang Dinilai** | **KualitasGerak** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| *MelakukanKoordinasiTeknikDasar Passing (dada, pantul dan dari atas kepala)*1. Posisi bola saat akan melakukan passing dada dipegang di depan dada
2. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing dada mendorong bola kedepanlurus
3. Posisi bola saat akan melakukan passing pantul di depan dada
4. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing pantul mendorong bola lurus kedepan bawah
5. Posisi bola saat akan melakukan passing dari atas kepala dipegang di atas kepala
6. Bentuk gerakan lengan saat melakukan passing dari atas kepala mengayun kedepan lurus
 |  |  |  |  |
| JUMLAH |  |
| JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 24 |  |

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU DALAM PERMAINAN BOLABASKET

|  |  |
| --- | --- |
| PERILAKU YANG DIHARAPKAN | CEK (√ ) |
| 1. Bekerja sama dengan teman satu tim |  |
| 2. Toleransi dan menghargai lawan |  |
| 3. Percayadiri( bersungguh-sungguh dalam bermain) |  |
| 4. Keberanian |  |
| 5. Berbagi tempat dan peralatan |  |
| JUMLAH |  |
| JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5 |  |

RUBRIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLABASKET

|  |  |
| --- | --- |
| **Pertanyaan yang diajukan** | **KualitasJawaban** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1. Bagaimana posisi kedua lengan kamu setelah passing dada,pantul dan dari atas kepala ?
2. Bagaimana posisi badan yang benar setelah melakukan passing dada, pantul dari ataskepala ?
 |  |  |  |  |
| JUMLAH |  |
| JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8 |  |

Mengetahui Pembimbing Godean, 21 Juli 2013

 Drs. Syamsudi Aziz Tri Wusono

19580727 198602 1 002 10601241088