**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**( RPP )**

Nama Sekolah : SMA Tarakanita Magelang

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Kelas/Semester : X / 1

Alokasi waktu : 2 x 45 Menit

**Standar Kompetensi:**

1**.** Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

**Kompetensi Dasar:**

1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola kecil dengan menggunakan peraturan yang telah di modifikasi serta nilai kerjasama, disiplin, tanggung jawab, dan percaya diri

1. **Tujuan Pembelajaran :**
* Siswa dapat melakukan teknik dasar melempar, menangkap dan memegang Bett (pemukul)
* Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar, menangkap dan memukul bola softball (berpasangan dan berkelompok) dengan koordinasi yang baik
* Siswa dapat bermain softball dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerjasama, toleransi, percayadiri, keberanian, menghargai teman
* **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* )

Tanggungjawab( *responsibility*)

Kerja sama ( *Cooperation* )

Toleransi ( *Tolerance* )

Percaya diri ( *Confidence* )

1. **Materi Pembelajaran :**

Permainan Softball

* Melempar (throwing) dalam softball
* Menangkap (catching) dalam softball
* Memukul bola dalam softball
1. **Metode Pembelajaran :**
* Demonstrasi
* Pendekatan Taktik
* Permainan
1. **Langkah-Langkah Pembelajaran :**
* **Kegiatan Pendahuluan (5 menit)**
* Berbaris , Berdoa , presensi , apersepsi
* Memberikan motovasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

Nama Permainan Pemanasan : Bola Keranjang

Diskripsi permainan :

Sebelum melakukan permainan pemanasan siswa diminta berlari mengelilingi lapangan 1x dan dilanjutkan stricing statis dan dinamis terlebih dahulu.

* Permainan menggunakan lapangan yang berukuran 10×20 meter dengan menggunakan dua gawang yaitu keranjan
* Siswa dibagi menjadi 2 kelompok (jumlah menyesuaikan)
* Permainan sama seperti pada bola tangan tetapi pemain yang menguasai bola tidak boleh berlari/ berjalan mendekati gawang yang hanya bisa dilakukan yaitu pivot (melangkahkan satu kaki tetapi tidak merubah tempat)
* Tim yang banyak mencetak angka adalah tim yang menang dalam permainan pemanasan ini

Gambar :

Keterangan:

Tim 1

Tim 2

Bola

 Keranjang

**Kegiatan Inti (25 menit):**

* ***Eksplorasi***

PERMAINAN 1 (GAME)

* Siswa di bagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A dan B, setiap kelompok jumlahnya menyesuaikan
* Salah satu siswa perwakilan untuk swit dan yang menang menjadi pemukul dan yang kalah menjadi penjaga
* Permainannya seperti softball pada umumnya hanya saja permainan sedikit dimodifikasi yaitu pemain penjaga dalam mematikan lawannya dengan cara memasukan bola ke keranjang yang sudah di sediakan di setiap Base
* Pemain mengumpan (Pitcher) pada pemukul yaitu teman Timnya sendiri
* Pertama-tama si pemukul berada pada tempat pemukul dan memegang tongkat pemukul dari kayu yang biasa di gunakan pada permainan kasti
* Bola dimodifikasi menggunakan bola tangan begitu juga pemukulnya menggunakan bat kasti
* Bola dikatakan keluar saat dipukul apabila pantulan pertama diluar garis lapangan.
* Kemudian pemukul berlari ke base 1,2 dan base 3, apabila bola telah sampai lebih dulu dan masuk ke keranjang di base 1,2 dan base 3 maka pemain di anggap out.
* Setiap tim diberi kesempatan 3X aut, apabila sudah tiga kali maka terjadi cange.
* Pelari yang sampai ke home mendapatkan nilai 1

Gambar :

 Keterangan : pemukul

Garis aut

 penjaga

 base

 arah lari pemain

 Keranjang

* ***Elaborasi***

**Question** ;

* Kearah mana kita menempatkan bola yang kita pukul?
* Kemana kita memberikan bola kepada teman untuk mematikan lawan?
* Bagaimana cara yang efektif untuk mencetak point?

Latihan Practice :

* Melakukan variasi dan kombinasi lempar, tangkap dan memukul bola dalam permainan softball
* Siswa dibagi menjadi 3 kelompok
* Masing-masing kelompok berdiri di posisi yang sudah ditentukan
* Siswa yang berada posisi 1 melemparkan bola keposisi 2,dari 2 memukul bola ke 3,dari 3 menangkap dan melemparkan bola ke posisi1 lagi begitu seterusnya
* Siswa yang telah melemparkan bola harus segera berlari menuju base selanjutnya dan baris di belakang temanya

Gambar :

Keterangan :

Siswa

Arah jalannya

 Cone

* ***Konfirmasi***

PERMAINAN II (GAME)

* Siswa di bagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A dan B, setiap kelompok jumlahnya menyesuaikan
* Salah satu siswa perwakilan untuk swit dan yang menang menjadi pemukul dan yang kalah menjadi penjaga
* Permainannya seperti softball pada umumnya yaitu pemain penjaga dalam mematikan lawannya dengan cara take
* Sebagai Pitcher di permainan yang kedua adalah lawan
* Pertama-tama si pemukul berada pada tempat pemukul dan memegang tongkat pemukul dari kayu yang biasa di gunakan pada permainan kasti
* Bola dimodifikasi menggunakan bola tangan begitu juga pemukulnya menggunakan bat kasti
* Kemudian pemukul berlari ke base 1,2 dan base 3, apabila bola telah sampai lebih dulu di base 1,2 dan base 3 maka pemain di anggap out
* Setiap tim diberi kesempatan 3X aut, apabila sudah tiga kali maka terjadi cange
* Pelari yang sampai ke home mendapatkan nilai 1
* Perbedaan dari game I yaitu yang menjadi pitcher yaitu lawan seperti pada permainan softball pada umumnya, kemudian tidak ada batas keluar yaitu garis sebelah serong kanan dan serong kiri better, cara mematikannya dengan di take

Gambar :

Batas out Keterangan :

 pemukul

 penjaga

 base

1. **Kegiatan Penutup (5 menit)**

Dalam kegiatan penutup, guru:

* + Melakukan pendinginan (cooling down)
		- Siswa dibariskan dua bersaf kemudian barisan belakan dibalikkan kenanan sehingga tidak berhadapan tapi berlawanan
		- Setelah itu guru memberikan aba-aba untuk menunduk sambil menggoyangkan kedua tangan dan diikuti tarik nafas kemudian guru memberikan aba-aba untuk melepaskan nafasnya sambil berteriak.
	+ Bersama-sama dengan peserta didik membuat rangkuman/simpulan pelajaran
	+ Melakukan penilaian dan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram
	+ Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
	+ Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remidi, program pengayaan, layanan konselingatau memberikan tugas,baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik
1. **Alat dan Sumber Belajar**
2. **AlatPembelajaran :**
	* + - Bola tangan
			- Ruang terbuka yang datardanamanuntuklapangan
			- Cone
			- Serbuk kapur sebagai garis lapangan
			- Peluit
			- Pita / rompi sebagai pembeda
			- Tongkat pemukul
			- Keranjang
3. **SumberPembelajaran**
	* + - Media cetak
				* Buku pegangan guru dan siswa SMA Kelas X, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Jakarta: Erlangga.
4. **Penilaian**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No  |  Nama Siswa | Melempar  | Menangkap  | Memukul  | Ket  |
| 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 |  2 |  3 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
|  jumlah |  |  |  |  |

 jumlah skor yang diperoleh

 Penilaian = ----------------------------------- X 100%

jumlah skor maksimal

Mengetahui, Magelang 08 Agustus 2013

Guru Pembimbing Mahasiswa

Y. De brito .S Chafid Rosyidi

 NIM: 10601244037