RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SMA Negeri 1 Godean
Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas/Semester : X/Satu
Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)
Alokasi Waktu : 2 x 3 JP (6 X 45 menit)

A. Tujuan Pembelajaran

- Menjelaskan tahapan teknik servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas dengan sikap tubuh dan perkenaan yang benar.
- Menemukan variasi dan kombinasi teknik servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas dengan perkenaan yang benar serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Menganalisa kelebihan dan kelemahan variasi dan kombinasi teknik mengoper, mengontrol, menggiring dan menembak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, luar dan punggung kaki serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Pertemuan ke-1:

KD :

3.1 Menganalisis keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik*)

IPK :

- Menemukan variasi dan kombinasi teknik servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas dengan perkenaan yang benar serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Menganalisa kelebihan dan kelemahan variasi dan kombinasi teknik servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas dengan perkenaan yang benar serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut

Pertemuan ke-2:

KD :

4.1 Mempraktik-kan hasil analisis keterampilan gerak salah satu per-mainan bola besar untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik *)

IPK :

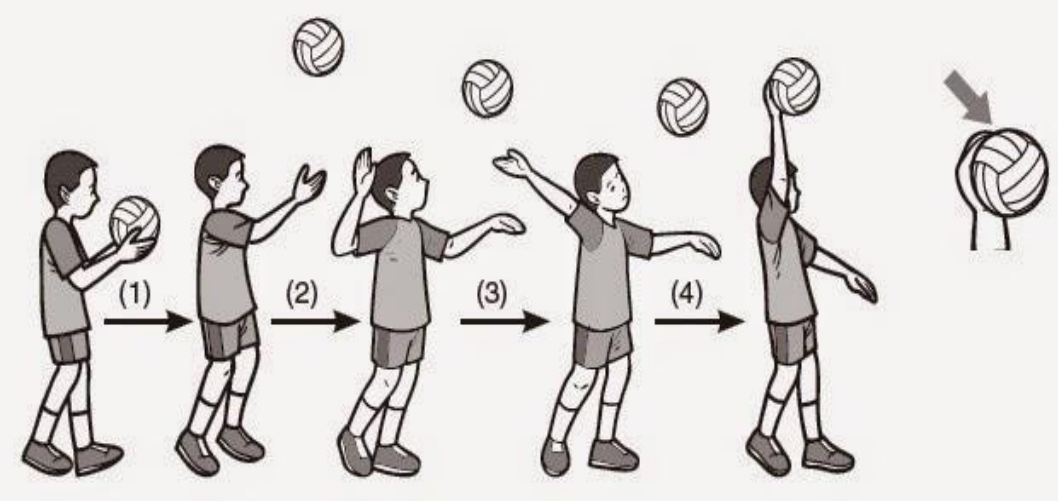
- Melakukan latihan teknik dasar servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas yang benar serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Melakukan variasi dan kombinasi servis bawah, servis atas, passing bawah, passing atas dengan perkenaan yang benar serta sikap tubuh yang baik dan benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Melakukan permainan bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi.

C. Materi Pembelajaran :

- **Melakukan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli :**

a. Langkah pertama adalah Sikap tubuh berdiri, kemudian kaki membentuk kuda - kuda dengan tubuh agak condong ke depan.
b. Langkah yang kedua salah satu tangan memegang bola dan tangan yang satunya digunakan untuk memukul bola dengan jari - jari tangan dalam keadaan mengepal atau menggenggam.
c. Yang ketiga Bola sedikit dilambungkan, kemudian bola dipukul di bagian bawah dengan ayunan tangan dari belakang ke depan.

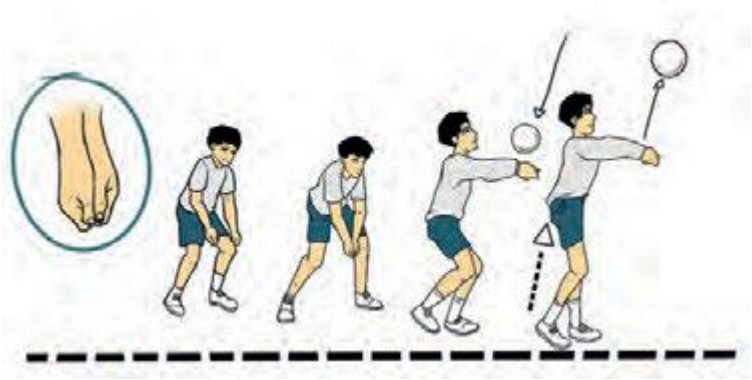
- **Teknik Cara Melakukan Servis Atas Pada Permainan Bola Voli :**



a. Langkah pertama sikap tubuh berdiri, salah satu tangan memegang bola.
b. Kemudian Bola dilambungkan, kemudian bola dipukul dengan jari-jari secara rapat dan sekuat tenaga.
c. Langkah ketiga Pukulan bola diusahakan melewati di atas net.
d. Langkah yang terakhir bola dapat dipukul dengan keras supaya membentuk atau bergelombang.

Pembelajaran Teknik Passing Bawah

Cara melakukan passing bawah adalah sebagai berikut:



- berdiri dengan kedua kaki dibuka sselebar bahu dan lutut ditekuk
- rapatkan dan luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari sejajar
- lakukan gerakan mengayunkan kedua lengan secara bersamaan dari bawah ke atas hingga setinggi bahu
- saat bola tersentuh kedua lengan, lutut diluruskan
- perkenaan bola yang baik tepat pada lengan di atas pergelangan tangan

Cara Melakukan Passing Atas Permainan Bola Voli

- Persiapan, berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan, posisi lengan agak di tekuk di depan badan dengan kedua telapak tangan dan jari-jari renggang sehingga membentuk seperti mangkuk atau corong di depan atas wajah.
- Gerakan, dorongkan kedua lengan ke aarah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat, usahakan arah datangya bola di tengah-tengah atas wajah, perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai jari-jari tangan.
- Akhir gerakan, tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Gerakan ini merupakan gerak dasar (fundamental) dari gerak mendorong.

D. Metode Pembelajaran:

- Saintifik
- Demonstrasi dan Eksperimen
- Latihan teknik perorangan dan berpasangan/berkelompok

E. Media Pembelajaran :

- Alat : Bola, peluit, lapangan, stopwatch, cones

F. Sumber Belajar

- Mukholid, Agus.2007.Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan.Surakarta:Yudhistira
- http://pelajaransekolahsmpsma.blogspot.co.id/2015/08/jelaskan-prinsip-dasar-dan-cara-passing.html
- https://materipenjasorkes.blogspot.co.id/2014/09/cara-melakukan-servise-atas-passing.html
- http://dodolanweb.blogspot.co.id/2014/08/teknik-cara-servis-bawah-dan-servis.html
-

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan • Mengkondisikan siswa di lapangan dan mengabsen siswa • Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan • Menyampaikan tujuan pembelajaran • Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar bola voli dari berbagai sumber. • Mengaitkan apa dikemukakan peserta didik dengan materi yang akan dipelajari • Melakukan pemanasan. • *Guru Membagi peserta didik dalam kelompok-kelompok*	15 menit
Kegiatan Inti Mengamati • Siswa menyimak peragaan teknik dasar bola voli yang dilakukan oleh peserta didik lain dan memperhatikan gambar. • *Guru menilai keterampilan siswa mengamati* Menanya	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
• Siwa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka. • Siwa mengajukan pertanyaan mengenai teknik dasar bola voli yang belum dipahami. • *Guru memberi kesempatan bagi peserta didik lain yang ingin menanggapi atau menjawab pertanyaan siswa.* Mencoba • Peserta didik membentuk kelompok dengan jumlah yang sama banyak. Guru mengatur formasi barisan peserta didik. • Peserta didik dalam kelompok diminta melakukan latihan teknik dasar bola voli dengan baik dan benar • *Guru menilai keaktifan dan kerjasama kelompok peserta didik dalam melakukan latihan teknik dasar bola voli.* Mengasosiasi • Disajikan peragaan teknik dari peserta didik yang teknik dasar bola volinya baik dan benar. • Masing-masing kelompok berdiskusi mengurutkan tahapan teknik yang benar dari masing masing teknik dasar bola voli dan memberikan alasan/argumen. • *Guru menilai kemampuan peserta didik mengolah informasi dalam mengurutkan tahapan teknik bola voli.* Mengomunikasikan • Pesertadidik melakukan permainan bola voli dalam permainan sesungguhnya ataupun modifikasi	

Pertemuan Kedua

Rincian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan • Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya • Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah • Menyampaikan tujuan pembelajaran • Mengaitkan materi yang telah dipelajari dengan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar bola voli. • Melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti Mengamati dan Menanya	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
• Dua orang siswa dari kelompok berbeda diminta untuk memaparkan hasil tugas baca tentang latihan variasi teknik dasar bola voli. Mencoba • Kelompok diminta untuk mencoba mempraktekkan latihan variasi teknik dasar bola voli. • Guru menilai kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar bola voli masing-masing kelompok. Mengasosiasi • Setiap kelompok mencoba variasi latihan. • Kelompok dibagi dua sama banyak dan mempraktekkan variasi latihan tenik dasar bola voli. • Guru menilai kerjasama antar kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar Mengomunikasikan • Pesertadidik melakukan penilaian melalui permainan bola voli sederhana atau modifikasi. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi	
Penutup • Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain bola voli dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. • Memberikan evaluasi	15 menit

H. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian Afektif

Pesertadidik diamati selama pembelajaran berlangsung.

2. Penilaian kognitif

Pesertadidik mampu menjelaskan berbagai cara melakukan gerakdasar dalam sepakbola.

No	Instrument	Nilai
1.	Bagaimana cara melakukan servis bawah?	
2.	Bagaimana cara melakukan servis atas?	
3.	Bagaimana cara melakukan passing bawah?	
4.	Bagaimana cara melakukan passing atas?	

Nilai :

>90 = mampu menjelaskan dengan rinci dan memberikan contoh.

70-89 = mampu menjelaskan dengan baik

<70 = kurang bisa menjelaskan

3. Penilaian Psikomotor
(terlampir)

Godean, 22 Agustus 2016

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran Penjasorker	Mahasiswa PPL
Drs. Karmanto	Nugrahadi Wicaksana
NIP : 19570519 198712 1 001	NIM : 13601241103