RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SMA Negeri 1 Godean
Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas/Semester : XII/Satu
Materi Pokok : Permainan Sepakbola
Alokasi Waktu : 6 JP (6 X 45 menit)

A. Tujuan Pembelajaran

- Pesertadidik mengetahui tentang permainan sepakbola.
- Pesertadidik mampu membuat pola latihan sepakbola (passing, control, drible, shooting)
- Pesertadidik mampu menerapkan pola latihan yang dibuat.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Pertemuan ke-1:

KD :

3.1 Merancang pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainanbola besar *)

IPK :

- Mengetahui tentang permainan sepakbola.
- Menemukan variasi latihan sepakbola.
- Mengetahui manfaat dari latihan tersebut

KD :

4.1 Mempraktikkan hasil rancangan pola penyerangan dan pertahanan salah satu permainanbola besar *)

IPK :

- Melakukan latihan yang dibuat dan disosialisasikan kepada pesertadidik yang lain.
- Mampu menerapkan hasil latihan dalam permainan sepakbola baik peraturan sebenarnya atupun modifikasi.

C. Materi Pembelajaran :

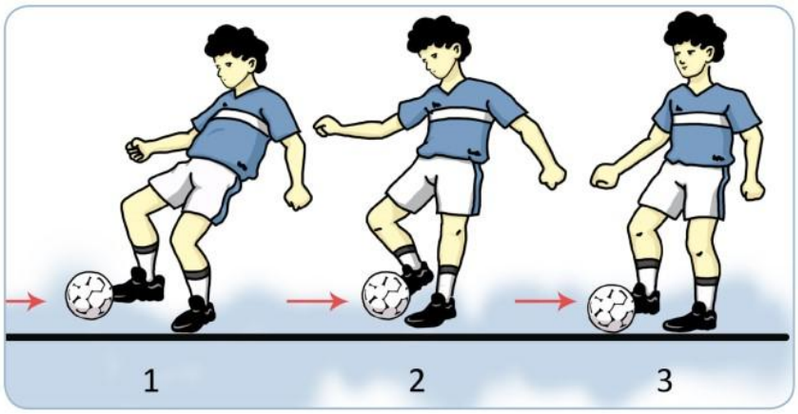
Sepakbola
Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri atas sbelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang.
Berikut beberapa tehnik dasar dalm permainan sepakbola

1. Passing
   Menggunakan kaki bagian dalam

Cara melakukannya adalah

- Badan menghadap sasaran.
- Kaki tumpu berada di samping bola, ujung kaki menghadap sasaran.
- Kaki yang untuk menendang ditarik kebelakang dan diayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- Perkenaan kaki pada bola adalah bagian tengah kaki bagian dalam mengarah pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola.
- Pergelangan kaki pada saat mengenai bola ditegangkan.
- Kemudian kaki tending diangkat menghadap sasaran.
- Pandangan ditujukan ke bola dan mengikuti arah lajunya bola terhadap sasaran.
- Kedua lengan terbuka di samping badan untuk menjaga keseimbangan tubuh.

2. Mengontrol bola
   Mengontrol bola dengan kaki bagian dalam



Cara melakukannya adalah

- Posisi badan segaris dengan datangnya bola.
- Kaki tumpu mengarah pada bola dengan lutut sedikit ditekuk.
- Kaki pengontrol diangkat sedikit dengan permukaan kaki bagian dalam dijulurkan ke depan segaris dengan datangnya bola.
- Bola menyentuh kaki persis di bagian dalam atau mata kaki saat menyentuh bola, kaki dilemaskan.
- Kaki pengontrol bersama bola berhenti di bawah badan tepat di depan kaki.
- Pandangan mata mengikuti jalannya bola sampai bola berhenti.
- Kedua tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan.

3. Menggiring bola

   Menggiring bola dengan punggung kaki

Cara melakukannya adalah sebagai berikut:

Pandangan mata ke arah bola.

Kepala dan badan di atas bola.

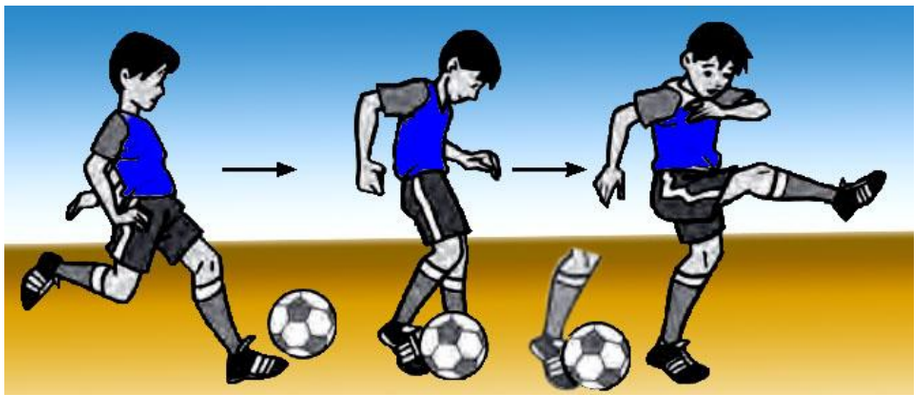
Bola didorong dengan punggung kaki.

Ujung kaki yang mendorong bola menghadap ke tanah.

Ketika berlari, kaki melangkah pendek.

Jarak bola masih dalam penguasaan pemain.

4. Shooting



Cara melakukannya adalah :

- Posisi badan di belakang bola sedikit condong ke depan.
- Kaki tumpu diletakkan di samping bola dengan ujung kaki menghadap ke sasaran, dan lutut sedikit ditekuk.
- Kaki tending berada di belakang bola dengan punggung kaki menghadap ke sasaran.
- Kaki tending diayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- Saat perkenaan kaki dengan bola, pergelangan kaki ditegangkan. Bagian kaki yang mengenai bola adalah punggung kaki yang mengarah tepat pada pertengahan bola.
- Selanjutnya kaki tendang diayunkan ke depan mengenai bola. Gerakan kaki tendang dating terutama dari persendian lutut.
- Pandangan mengikuti jalannya bola dan arah sasaran.

D. Metode Pembelajaran:

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

E. Media Pembelajaran :

- Sarana dan prasarana : peluit,bola sepak, cone, stopwatch, lapangan sepakbola

F. Sumber Belajar

Mukholid, Agus.2007.Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan.Surakarta:Yudhistira

- Sumber :http://edukasicenter.blogspot.co.id/2015/05/teknik-dasar-menggiring-bola-dalam.html

G. Langkah-langkah Pembelajaran

Pertemuan pertama

Rincian Kegiatan	Waktu

Rincian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan • Mengkondisikan siswa di lapangan dan mempresensi siswa • Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan • Menyampaikan tujuan pembelajaran • Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan tentang pengalamannya tentang permainan sepakbola • Melakukan pemanasan. • *Guru Membagi peserta didik dalam kelompok-kelompok*	15 menit
Kegiatan Inti Mengamati • Pesertadidik mengamati salah satu teman yang memperagakan gerakan (passing, control, dribble, dan shooting) sepakbola • *Guru menilai keterampilan siswa mengamati* Menanya • Siwa mengajukan pertanyaan berdasarkan pengamatan mereka. • Siwa mengajukan pertanyaan mengenai beberapa cara melakukan gerakan (passing, control, dribble, dan shooting) sepakbola. • *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 beberapa variasi latihan (passing, control, dribble, dan shooting) seppakbola. • *Guru menilai keaktifan dan kerjasama kelompok peserta didik dalam melakukan variasi latihan (passing, control, dribble, dan shooting) sepakbola.* Mengasosiasi • Pesertadidik menganalisis dari hasil latian yang sudah dilakukan. Mengomunikasikan • Secara bergilir setiap kelompok diberi kesempatan melakukan permainan sepakbola dengan aturan asli ataupun modifikasi.	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
• *Guru memberi penilaian atas hasil kerja kelompok dan kemampuan peserta didik mengaplikasikan dalam permainan.*	
Penutup Pendinginan • Pesertadidik diminta untuk melakukan pendinginan berpasangan dengan pesertadidik yang lain. Evaluasi • Pesertadidik melakukan evaluasi bersama guru tentang pembelajaran yang sudah berlangsung (permainan sepakbola) Penugasan • Pesertadidik diberi tugas untuk membuat variasi latihan tentang materi yang dipelajari (passing, control, dribble, shooting)	15 menit

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 sepakbola. • Melakukan pemanasan.	15 menit
Kegiatan Inti Mengamati dan Menanya • Setiap pesertadidik mengamati variasi latihan yang diterapkan oleh kelompok lain. Mencoba • Kelompok diminta untuk mencoba mempraktekkan latihan variasi teknik dasar bola basket. • Guru menilai kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar bola basket masing-masing kelompok.	105 menit

Rincian Kegiatan	Waktu
Mengasosiasi • Setiap kelompok mencoba variasi latihan. • Kelompok dibagi sama banyak dan mempraktekkan variasi latihan tenik dasar. • Guru menilai kerjasama antar kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar Mengomunikasikan • Pesertadidik melakukan penilaian melalui permainan sepakbola sederhana atau modifikasi. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi	
Penutup • Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain sepakbola dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. • Memberikan evaluasi	15 menit

H. Penilaian Hasil Pembelajaran

1. Penilaian afektif

Penilaian afektif diamati secara observasi selama pembelajajaran berlangsung.

2. Penilaian kognitif

Penilaian kognitif dilihat dari pengetahuan pesertadidik tentang materi yang diajarkan (permainan sepakbola)

Nomer	Instrument pertanyaan	Skor
1	Sebut dan jelaskan macam-macam passing dalam sepakbola!	
2	Sebut dan jelaskan macam-macam cara melakukan control dalam sepakbola!	
3	Bagaimana cara dribble dalam sepakbola?	
4	Bagaimana cara melakukan shooting dalam sepakbola?	

Nilai

A = menyebutkan dan mampu menerangkan dengan lengkap dan jelas

B = menyebutkan dan menerangkan kurang jelas

C = hanya mampu menyebutkan

3. Penilaian psikomotorik

Terlampir

Godean, 15 Agustus 2016

Mengetahui,

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