

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : S M P N 92 Jakarta
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : VIII (Ganjil)
Tahun Pelajaran : 2016 - 2017

Standar Kompetensi

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

Kompetensi Dasar

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

Indikator

Psikomotor

- Melakukan kombinasi teknik dasar passing (dari atas kepala)
- Bermain dengan peraturan yang di modifikasi

Kognisi

- Mengetahui bentuk –bentuk teknik dasar passing

Afeksi

- Dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok dan berbagi tempat serta peralatan dengan teman

Alokasi Waktu : (2 x 40 menit)

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan kombinasi teknik dasar, passing (dari atas kepala) baik dan benar dengan menggunakan bola tennis sebagai media pembelajaran.
- b. Siswa dapat melakukan bermain dengan peraturan yang dimodifikasi dengan benar

B. Materi Pembelajaran

Permainan Handball

- Kombinasi, passing (dari atas kepala) menggunakan bola tennis sebagai media pembelajaran.
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menanamkan nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan

C. Metode Pembelajaran

- Pertemuan 1 = penugasan
- Pertemuan 2 = penugasan
- Pertemuan 3 = resiprokal/timbal-balik

D. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran

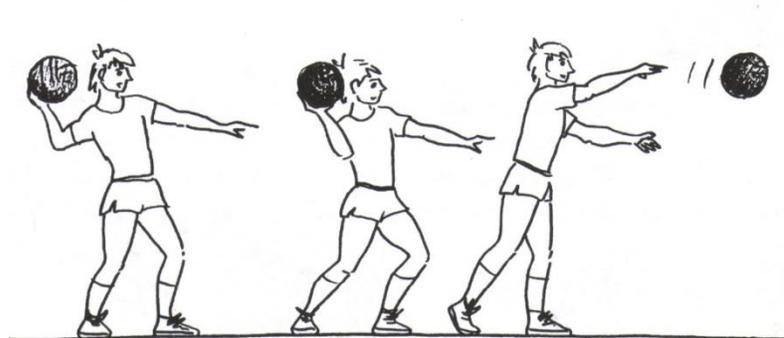
Pertemuan 1 (2 x 40 menit)

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan Inti (45 menit)

- Melakukan kombinasi, passing (dari atas kepala) dengan baik secara berpasangan atau kelompok menggunakan bola tennis lapangan sebagai media pembelajaran, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan passing di tempat (berpasangan/kelompok)
- Melakukan passing bergerak ke depan dan belakang (berpasangan/kelompok)
- Melakukan passing sambil bergerak formasi berbanjar, dan bersaf

- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - siswa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan sendiri
 - bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki target waktu.
 - bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan Handball dengan peraturan yang dimodifikasi.
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

3. Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

Pertemuan 2 (2 x 40 menit)

1 Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2 Kegiatan Inti (45 menit)

- Melakukan kombinasi gerakan passing atas dengan satu tangan (*javelin pass*) dengan baik secara berpasangan atau kelompok, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan gerakan passing dengan satu tangan di tempat (berpasangan/kelompok)
- Melakukan gerakan passing dengan satu tangan sambil bergerak formasi berbanjar (berkelompok)
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - siswa memperkirakan waktu yang diperlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah ditentukan sendiri
 - bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki target waktu.
 - bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan Handball dengan peraturan yang dimodifikasi.

- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

3 Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar

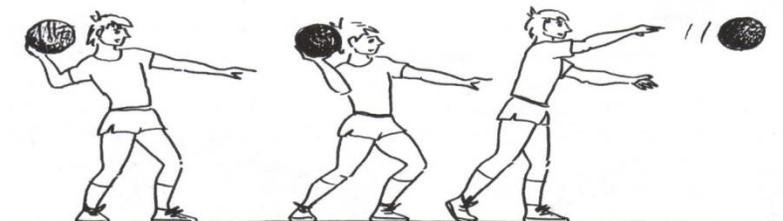
Pertemuan 3 (2 x 40 menit)

1 Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

2 Kegiatan Inti (45 menit)

- Melakukan kombinasi antara gerakan dengan teknik dasar passing atas dengan satu tangan dengan baik secara berpasangan atau kelompok, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Melakukan passing dengan satu tangan dengan menggunakan bola tennis sebagai media pembelajaran di tempat (berpasangan/kelompok)
- Melakukan passing dengan satu tangan dengan menggunakan bola tennis sebagai media pembelajaran sambil bergerak formasi berbanjar (berkelompok)
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik
 - guru mengatur siswa agar berpasang-pasangan
 - guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap pasangan
 - siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya
 - siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali menjadi pelaku dan siapa yang menjadi pengamat
 - siswa melaksanakan tugas gerak, dan berganti peran bilamana pelaku sudah berhasil menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan
- Bermain dengan peraturan yang dimodifikasi

3 Penutup (20 Menit)

- Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar.

E. Sumber Belajar

- Ruang terbuka/lapangan
- Buku teks
- Buku referensi, **Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII**, Jakarta : Erlangga
- Lembar Kerja Proses Belajar, Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

F. Penilaian

1. Teknik penilaian:

- Tes unjuk kerja (psikomotor):

Lakukan koordinasi, passing dengan satu tangan dari atas kepala dan koordinasi gerakan dengan baik.

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai = ----- X 50

Jumlah skor maksimal

- Pengamatan sikap (afeksi):

Melakukan koordinasi passing dengan satu tangan dari atas kepala dan koordinasi gerakan dengan baik serta menanamkan nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, 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

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/embedded test (kognisi):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai koordinasi passing dengan satu tangan dari atas kepala dan koordinasi gerakan.

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis

1. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PASSING PERMAINAN HANDBALL

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p><i>Melakukan Kombinasi Teknik Gerak Dasar Melampar Bola Dalam Permainan Handball</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bentuk gerakan sikap awal posisi badan tegap. 2. Posisi kedua tangan memegang bola di depan dada dan posisi kaki tumpuan. 3. Pandangan ke arah depan dan tangan membentuk siku 90⁰. 4. Jarak sampai target lemparan dan ketepatan sasaran. 				

5. Posisi kaki pada gerak lanjutan.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 20				

**RUBRIK PENILAIAN
PERILAKU DALAM PERMAINAN HANDBALL**

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

**RUBRIK PENILAIAN
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN HANDBALL**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi badan dalam sikap awal yang benar sebelum melakukan passing dari atas kepala ?				
2. Bagaimana posisi kedua tangan kamu sebelum melakukan passing dari atas kepala ?				
3. Bagaimana proses gerakan passing yang benar?				
4. Bagaimana gerakan tangan saat melakukan passing atas ?				

5. Bagaimana gerakan kaki yang digunakan dalam sikap akhir ?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 20				

Mengetahui:
Kepala Sekolah SMP N 92 Jakarta

Jakarta, Juli 2017

Guru Penjaskes

Drs.H. Sugiyanto, M.Si
Nip. 195803231983031006

Rafli Nugraha
NIM : 6135131986