

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN(RPP)

Satuan Pendidikan	: MTA NEGERI 7 MALANG
Kelas/Semester	: VII / 1 (Ganjil)
Mata Pelajaran	: PENJASORKES
Tema/Topik	: Bola basket(Lemparan kaitan)
Pertemuan ke	: -
Waktu	: 3 x 40 menit (1 x pertemuan)

A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

B. Kompetensi Dasar :

- 1.1 Menghayati dan mengamalkan nilai-nilai agama yang dianut dalam melakukan aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga.
- 2.
- 2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.
- 2.2 Bertanggung jawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjagakeselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar.
- 2.3
- 2.4
- 2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.
- 3.1 Memahami konsep keterampilan gerak fundamental permainan bola besar.
(teknik lemparan kaitan)
- 4.1 Mempraktikkan teknik dasar permainan bola besar dengan menekankan gerak dasar fundamental
(teknik lemparan kaitan)

C. Indikator Pencapaian Kompetensi :

1. Melakukan doa sebelum memulai pembelajaran .
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menunjukkan rasa tanggung jawab selama mengikuti pembelajaran
4. Menunjukkan toleransi terhadap sesama teman selama mengikuti pembelajaran
5. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran .
6. Menjelaskan teknik lemparan kaitan (sikap awal, cara memegang bola. Gerakan kaitan, sikap akhir)
7. Melakukan teknik lemparan kaitan (sikap awal, cara memegang bola. Gerakan kaitan, sikap akhir)

D. Tujuan Pembelajaran :

Setelah mengikuti pembelajaran ini, diharapkan peserta didik dapat:

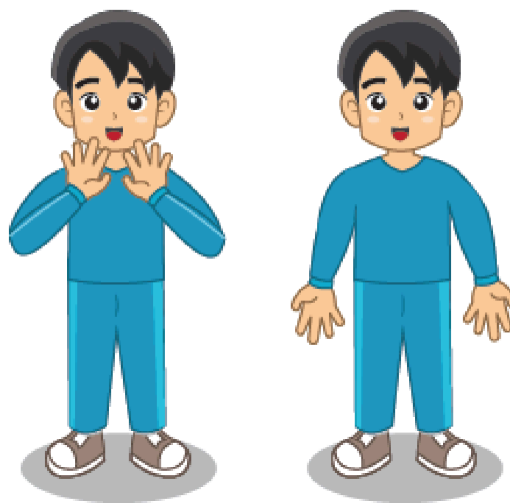
1. Membiasakan berdoa menurut agama dan kepercayaan masing-masing.
2. Menunjukkan sikap sportif dalam bermain.
3. Menunjukkan rasa tanggung jawab selama mengikuti pembelajaran
4. Menunjukkan toleransi terhadap sesama teman selama mengikuti pembelajaran
5. Menunjukkan sikap disiplin selama mengikuti pembelajaran
6. Menjelaskan sikap awal lemparan kaitan dengan benar.
7. Menjelaskan cara memegang bola saat melempar dengan lemparan kaitan dengan benar.
8. Menjelaskan cara gerakan mengait teknik gerakan kaitan dengan benar.
9. Menjelaskan cara sikap akhir lemparan kaitan dengan benar.
10. Melakukan sikap awal lemparan kaitan dengan benar
11. Melakukan cara memegang bola saat melempar dengan lemparan kaitan dengan benar
12. Melakukan cara gerakan mengait teknik gerakan kaitan dengan benar.
13. Melakukan cara sikap akhir lemparan kaitan dengan benar.

E. Materi Pembelajaran :

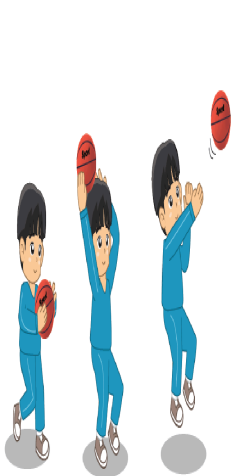
Operan bola lengkung (kaitan) adalah senjata yang ampuh untuk pemain berpostur pendek, tetapi ingin mencoba mengoperkan bola melewati di atas pemain lawan yang jauh lebih tinggi. Lemparan ini dapat digunakan dalam situasi-situasi sulit yang timbul akibat penjagaan yang ketat dari lawan, sedangkan operan-operan lain sulit dilakukan.

Cara melakukannya adalah sebagai berikut.

- a) Berdiri dengan kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang, lutut sedikit ditekuk.
- b) Kemudian coba peserta didik pegang bola dengan kedua tangan di depan dada.
- c) Lalu lemparkan bola dengan gerakan mengait.
- d) Setelah bola hampir sampai di atas sisi kanan kepala, lengan agak ditekuk dan digerakkan ke arah kiri.
- e) Gerakan akhir dengan meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola.

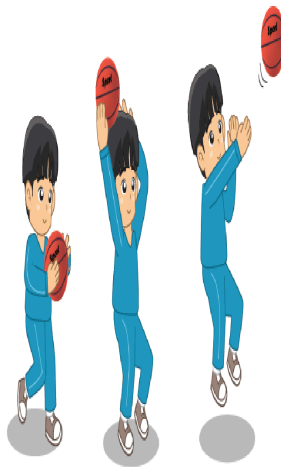


Gb 1. Sikap awal



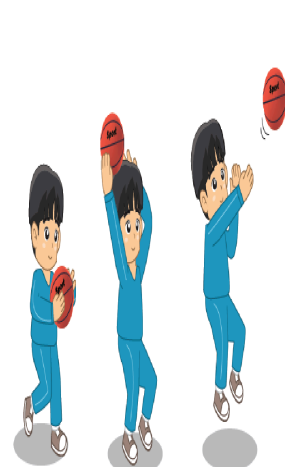
Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bolabasket

Gb 2. Cara memegang bola



Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bolabasket

Gb 3. Cara mengait bola



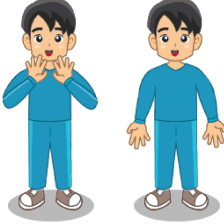
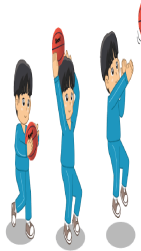


Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bolabasket

Gb 4. Sikap akhir

F. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan : saintifik (*scientific*)
2. Metode : penugasan.

G. Kegiatan Pembelajaran.

Kegiatan	Diskripsi	Waktu
<p>Pendahuluan</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Berbaris, berdoa, presensi, danapersepsi ● Memberikanmotivasiandanmenjelaskantujuanpembelajaran ● (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan waktu peralihan dari mapel lain) 	<p>15 menit</p>
<p>Inti</p>	<p>a) Pemanasan dengan pendekatan bermain bola basket serta peregangan statis dan dinamis.</p> <p>b) Guru mendemonstrasikan sikap awal ,memegang bola.mengait bola, sikap akhir tekhnik lemparan kaitan.</p> <div style="text-align: center;">  <p>Gb 1. Sikap awal</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bola basket</small></p> <p>Gb 2. Cara memegang bola</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p><small>Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bola basket</small></p> <p>Gb 3. Cara mengait bola</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  <p><small>Gambar 1.43 Cara melakukan lemparan kaitan permainan bola basket</small></p> <p>Gb 4. Sikap akhir</p> </div> <p>c) Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru ● Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demontrasikan oleh guru ● Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru ● Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru ● Peserta didik diberi kesempatan untuk berdiskusi dengan temannya tentang hasil pengamatan dan jawaban dari guru 	<p>85 menit</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik • Kelas dibagi menjadi 4 kelompok • Siswa mengambil bahan ajar (4 ketrampilan teknik dasar) yang disiapkan oleh guru, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok. • Siswa mempelajari (diskusi) tugas gerak dan indikator keberhasilannya • Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> • Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar (alokasi waktu ini sudah memperhitungkan persiapan mengikuti mapel lain) • Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik • Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran 	20 Menit

H. Sumber Belajar

- Lapangan bola basket
- Bola basket
- Bukureferensi, *Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas VII*, Kemdikbud

I. Penilaian

1. Teknik Penilaian

a. Tes Unjuk Kerja

- 1) Lakukan sikap awal teknik lemparan kaitan pada permainan bola basket!
- 2) Lakukan cara teknik memegang bolabasket!
- 3) Lakukan cara mengait bola, pada permainan bola basket!
- 4) Lakukan sikap akhir teknik lemparan kaitan pada permainan bola basket!

Kriteria Penilaian Proses

Sikap awal

Kriteria skor : Pelaksanaan sikap awal teknik lemparan kaitan bola basket !

Skor 1: jika posisi tubuh menghadap ke arah sasaran

Skor0 : jika posisi tubuh tidak menghadap ke arah sasaran

Kriteria skor : Pelaksanaan gerak memegang teknik lemparan kaitan bola basket

Skor 1: jika peserta didik memegang bola dengan kedua tangan di depan dada

Skor0 : jika peserta didik tidak memegang bola dengan kedua tangan di depan dada

Kriteria skor : Pelaksanaan teknik mengaitkan bola

Skor 1 : jika mampu melemparkan bola dengan gerakan mengait

Skor0 : jika tidak mampu melemparkan bola dengan gerakan mengait)

Kriteria skor : Pelaksanaan sikap akhir teknik lemparan kaitan

Skor 1 : jika mampu meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola.

Skor0 :jika tidak mampu meluruskan lengan searah dengan lepasnya bola.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

b. Pengamatan Sikap

Proses penilaian dilakukan terhadap peserta didik selama proses pembelajaran permainan bulutangkis. Aspek-aspek yang dinilai meliputi: Berperilaku sportif, tanggung jawab, toleransi, dan Disiplin.

Keterangan:

Berikan tanda cek (√) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (√) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Baik = 3, Sedang = 2, dan Kurang = 1).

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

c. Penilaian Pengetahuan

1) Petunjuk Penilaian Pengetahuan

Setelah mempelajari materi permainan bola kecil (bulutangkis) kerjakan tugas di bawah ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Tugas ini dikerjakan berkelompok di rumah dan dikumpulkan dalam bentuk portofolio!

2) Butir Soal Pengetahuan:

- a) Jelaskan sikap awal dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!
- b) Jelaskan cara memegang bola pada tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!
- c) Jelaskan cara melakukan lemparan kaitan dalam permainan bola basket!
- d) Jelaskan sikap akhir dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

2. Rubrik Penilaian

a. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja

Rubrik Unjuk Kerja
Ketrampilan Cara Memegang Raket

No.	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak (Meletakkan jari-jari)		Skor	Ket
		Benar	Salah		
1	sikap awal dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket				
2	cara memegang bola pada tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!				

3	cara melakukan lemparan kaitan dalam permainan bola basket!				
4	sikap akhir dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!				
Skor Maksimal				4	

Keterangan: Jumlahkan terlebih dahulu nilai/skor untuk keempat unjuk kerja (pegangan raket, servis, forehand dan backhand) yang dinilai sebelum digabungkan dengan penilaian sikap dan penilaian kognitif

b. Rubrik Penilaian Sikap

Rubrik Penilaian Sikap
Prilaku pada Permainan Bulutangkis

Prilaku yang dinilai	Cek Lis (√)		
	Baik	Sedang	Kurang
1. Berperilaku sportif			
2. Tanggung jawab			
3. Toleransi			
4. Disiplin			
Jumlah skor Maksimal =12			

c. Rubrik Penilaian Kognitif

Rubrik Pemahaman Konsep
Pemahaman Konsep Permainan Bulutangkis

No	Butir Pertanyaan	Kriteria Persekoran					Nilai Akhir
		1	2	3	4	Σ	
1.	Jelaskan sikap awal dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!						
2.	Jelaskan cara memegang bola pada tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!						
3.	Jelaskan cara melakukan lemparan kaitan dalam permainan bola basket!						
4.	Jelaskan sikap akhir dalam tehnik lemparan kaitan dalam permainan bola basket!						
Skor Maksimal							16

Mengetahui,
Kepala MTsN 7 Malang

Malang, 17 Juli 2018
Guru Mata Pelajaran

PONO, S.Ag, M.Pd

Hery Joko Pratiknyo, S.Pd
Nip. 197101152005011002

NIP. 196702151994031002