

PROGRAM KELAS KHUSUS OLAHRAGA (KKO) BOLA BASKET

SMP NEGERI 4 MALANG

A. LATAR BELAKANG

Kelas Khusus Olahraga (KKO) adalah sebuah kelas di suatu sekolah yang dibentuk secara khusus untuk menampung dan melayani peserta didik yang mempunyai bakat atau potensi khusus, dalam hal ini adalah potensi bakat istimewa di bidang olahraga (Kemendiknas. 2010. *Panduan Pelaksanaan Kelas Olahraga Sekolah Menengah Negeri dan Swasta*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah). Program kelas khusus yang ada di SMP Negeri 4 Malang ini mengembangkan bakat khusus di bidang olahraga Bola Basket. Olahraga Bola Basket ini sangat digemari peserta didik yang ada di SMP Negeri 4 Malang, hal ini dibuktikan dengan banyaknya peserta didik yang berminat dan mendaftar masuk di kelas khusus ini. Pada proses penyelenggaraan dan pengelolaan Kelas Khusus Olahraga ini ada beberapa tahapan kegiatan yang telah direncanakan dan dilaksanakan dengan baik serta terarah melalui tahapan sebagai berikut :

Pertama, Sistem Perekrutan dimana Calon Peserta Didik yang akan masuk di Kelas Khusus Olahraga (KKO) akan melalui proses tahapan seleksi terlebih dahulu. Tahapan seleksi yang dilakukan adalah melalui proses pendaftaran, tes fisik, tes keterampilan fundamental basket dan pengukuran tinggi badan dan berat badan.

Kedua, Sistem Kurikulum dan Pelaksanaan Pembelajaran yang utamanya mengatur kegiatan pembelajaran bukan hal yang dapat dikondisikan dengan mudah. Oleh karena itu maka, dalam mengelola pembelajaran yang baik diperlukan sebuah perencanaan yang baik pula. Sistem pelaksanaan pembelajaran yang akan dilaksanakan berdasarkan kurikulum di Kelas Khusus Olahraga mengacu pada kurikulum yang berlaku juga di kelas reguler yaitu Kurikulum Merdeka. Hanya saja, untuk pelaksanaan kegiatan pelatihan/latihan olahraga di Kelas Khusus Olahraga ini mengacu pada program latihan intensif yang dilakukan peserta didik setelah pulang sekolah dan hari libur.

Dengan adanya kelas khusus olahraga ini, diharapkan dapat menjadi sebuah solusi dari masalah pembinaan atlet pelajar muda yang masih aktif dalam kegiatan belajar di sekolah, karena di Kelas Khusus Olahraga ini jadwal latihan disesuaikan dengan jadwal sekolah ataupun program pembinaan yang lainnya sehingga antara prestasi olahraga dan prestasi akademik bisa berjalan dengan beriringan.

B. TUJUAN KELAS KHUSUS OLAHRAGA BOLA BASKET

1. Mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam bidang olahraga
2. Meningkatkan mutu akademis dan prestasi olahraga
3. Meningkatkan kemampuan berkompetisi secara sportif
4. Meningkatkan kemampuan sekolah dalam pembinaan dan pengembangan kegiatan olahraga
5. Meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani peserta didik
6. Peningkatan mutu pendidikan sebagai bagian dari pembangunan karakter

C. DASAR HUKUM

1. Kemendiknas. 2010. *Panduan Pelaksanaan Kelas Olahraga Sekolah Menengah Negeri dan Swasta*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.

D. MEKANISME DAN PROSEDUR PELAKSANAAN

NO	TAHAP PROGRAM	TUJUAN	BENTUK & PELAKSANAAN KEGIATAN	INDIKATOR KEBERHASILAN KEGIATAN	WAKTU PELAKSANAAN	PELATIH/SASARAN
1	Pembiasaan	Meningkatkan penguasaan dan feeling the ball setiap individu.	Melakukan Latihan Variasi Ball Handling Bola Basket	Mampu mempraktikkan Variasi Ball Handling Bola Basket dengan benar.	Setiap pulang sekolah (Senin, Rabu & Jumat : 30-60 menit) diluar jadwal latihan intensif bola basket	M. Zaki Basari, S. Pd (seluruh peserta didik kelas olahraga basket)
		Meningkatkan skill individu setiap peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Dribble Bola Basket	Mampu mempraktikkan Variasi Dribble Bola Basket dengan benar.	Setiap pulang sekolah (30-60 menit) diluar jadwal latihan intensif bola basket	
		Meningkatkan skill individu & kerjasama peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Passing Bola Basket	Mampu mempraktikkan Variasi Passing Bola Basket dengan benar.	Setiap pulang sekolah (30-60 menit) diluar jadwal latihan intensif bola basket	
		Meningkatkan akurasi shooting	Melakukan Latihan Variasi	Mampu mempraktikkan Variasi Shooting Bola	Setiap pulang sekolah	

		setiap peserta didik.	Shooting Bola Basket	Basket dengan benar.	(30-60 menit) diluar jadwal latihan intensif bola basket	
2	Latihan Intensif	Meningkatkan ball feeling skill individu & setiap peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Ball Handling Bola Basket (finger Tips, around a head, figure 8, single leg, double leg, dsb)	Mampu mempraktikan Variasi Ball Handling Bola Basket dengan benar.	Selasa-Kamis Jam 15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	M. Zaki Basari, S. Pd (seluruh peserta didik kelas olahraga basket)
		Meningkatkan skill individu setiap peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Dribble Bola Basket (control dribble, speed dribble, between the leg, behind the back, spine, inside & outside dribble, Dst)	Mampu mempraktikan Variasi Dribble Bola Basket dengan benar.	Selasa-Kamis Jam 15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	
		Meningkatkan akurasi shooting setiap peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Shooting Bola Basket (fundamental shooting, undering, medium, 3point & freethrow)	Mampu mempraktikan Variasi Shooting Bola Basket dengan benar.	Selasa-Kamis Jam 15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	
		Meningkatkan skill individu & kerjasama peserta didik.	Melakukan Latihan Variasi Passing Bola Basket (chest pass, bounce pass, overhead pass, baseball pass, side pass, Dst)	Mampu mempraktikan Variasi Passing Bola Basket dengan benar.	Selasa-Kamis Jam 15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	
		Meningkatkan derajat	Melakukan Latihan Kekuatan, kecepatan,	Mampu mempraktikan unsur-unsur	Selasa-Kamis Jam	
						M. Zaki Basari, S. Pd (seluruh

		kebugaran jasmani dan fisik setiap peserta didik	kelincahan, keseimbangan, power, daya tahan, vertical jump, stamina.	kebugaran jasmani (Kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, power, daya tahan, vertical jump, stamina).	15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	peserta didik kelas olahraga basket)
		Meningkatkan kerjasama tim (team work) setiap peserta didik	Mempraktikan Latihan Taktik /strategi menyerang & bertahan (offence & defence bola basket).	Mampu Mempraktikan Latihan Taktik /strategi menyerang & bertahan (offence & defence bola basket). Dengan benar sesuai arahan pelatih.	Selasa-Kamis Jam 15.00-17.30 Sabtu & Minggu Jam 07.30-10.00.	

E. Penganggaran dan Pendanaan

1. Swadaya Paguyuban Sekolah
2. BOSDA
3. BOSNAS

F. Susunan organisasi Kelas Khusus Olahraga Bola Basket 2024-2026 :

Pembina	: Siswanto, M.T.
Penanggung jawab	: Dr. Pancayani Dinihari, M.Pd.
Sarana & Prasarana	: Ngateman, S. Pd
Pelatih	: M. Zaki Basari, S.Pd.
Asisten Pelatih	: Yandrika
Administrasi	: Triana

G. Silabus Program Latihan Kelas Khusus Bola Basket

PROGRAM SEMESETER LATIHAN INTENSIF KELAS KHUSUS OLAHRAGA BASKET

UNSUR-UNSUR LATIHAN	JULI	AGUSTUS	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DESEMBER
A. TEKNIK						
1. BALL HANDLING/FEELING						
2. KONTROL DRIBLE						
3. SPEED DRIBLE						
4. CROSSOVER DRIBEL						
5. BEETWEEN THE LEG DRIBLE						
6. BEHAND THE BACK DRIBLE						
7. IN N OUT SIDE DRIBLE						
8. PIVOT						
9. BASIC SHOOTING						
10. SHOOTING UNDERING						
11. MEDIUM SHOOTING						
12. BASIC PASSING						
13. CHEST PASS						
14. BOUNCE PASS						
15. OVERHEAD PASS						
16. SIDE PASS						
17. LAY-UP						
B. FISIK						
1. KECEPATAN						
2. KELINCAHAN						
3. KEKUATAN						
4. POWER						
5. VERTICAL JUMP						
6. DAYA TAHAN						
7. STAMINA						
8. KOORDINASI						
9. KESEIMBANGAN						
10. BASIC SLIDE						
C. TAKTIK / STRATEGI						
1. BASIC DEFENSE / PERTAHANAN						
2. BASIC ZONE DEFENSE						
3. ZONE DEFENSE 1-2-2						
4. ZONE DEFENSE 2-3						
5. MAN TO MAN DEFENSE						
6. FREAK DEFENSE 1-1-1-2						
7. BOX N ONE						
8. TRIANGLE N TWO						

[illegible]

