

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Guru : Sri Hawati, S.Pd
 Sekolah : SMP Negeri 5 Metro
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani dan Olahraga
 Kelas/Semester : VII/ Ganjil
 Standar Kompetensi : Mengembangkan berbagai gerak dasar di dalam bermain olahraga beregu.
 Kompetensi Dasar : mempraktikkan variasi gerak dasar bermain olahraga beregu dengan tepat dan benar serta dapat membentuk kebugaran, bersosialisasi, toleransi dan percaya diri, bersedia berbagai tempat.
 Indikator :
 - Melakukan variasi menendang bola.
 - Melakukan variasi menahan bola.
 - Melakukan variasi dan kombinasi menendang bola.
 - Bermain sepak bola dengan aturan yang sederhana dengan modifikasi yang disesuaikan.
 Alokasi Waktu : 2 x 40 menit

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan variasi gerak dasar menendang bola.
2. Siswa dapat melakukan variasi menahan bola.
3. Siswa dapat melakukan variasi dan kombinasi menendang atau mengoper bola.
4. Siswa dapat bermain sepak bola dengan aturan yang sederhana dengan modifikasi yang disesuaikan.

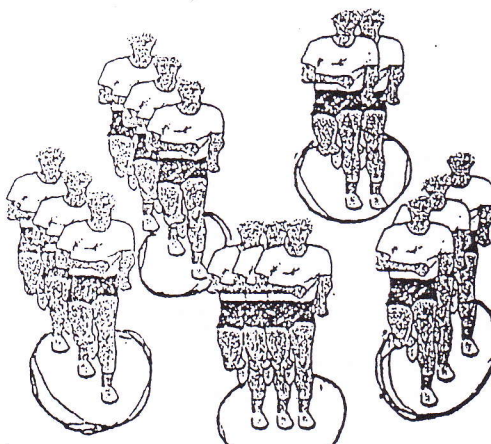
B. Materi Pembelajaran

Bermain sepak bola :

- Variasi gerak dasar menendang bola dengan modifikasi.
- Variasi gerak dasar menghentikan bola.
- Variasi dan kombinasi menendang atau mengoper bola.
- Bermain dengan aturan yang sederhana dengan modifikasi yang disesuaikan.

C. Metode Pembelajaran

1. Inclusive (cakupan, demonstrasi, part and whole, reciprocal (timbal balik).
2. Langkah-langkah
 - Berbaris
 - Berdo'a
 - Apersepsi

No	Gambar	Waktu	Keterangan Gambar
1.	Pemanasan 	5"	a. Berlari berkelompok dengan posisi berpindah tempat, memasuki base-base yang tersedia dengan posisi atau tempat dimasuki 3 anak. Apabila tidak mendapat tempat dan posisinya bukan ke tengah, maka ia diletakkan sebagai posisi yang kalah. Jarak antara base satu dengan yang lain.