

## PERENCANAAN PEMBELAJARAN

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>IDENTITAS</b>           | <b>Penyusun</b> : Indra Wijaya, S.Pd.  |
|                            | <b>Satuan Pendidikan</b> : SMK Negeri 1 Tanjunganom  |
|                            | <b>Mata Pelajaran</b> : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan   |
|                            | <b>Materi</b> : Permainan sepak bola   |
|                            | <b>Tahun Pelajaran</b> : Tahun Pelajaran 2025/2026   |
|                            | <b>Kelas</b> : X   |
|                            | <b>Alokasi Waktu</b> : 9 JP ( 3 x 45 menit ) 3 kali Pertemuan  |
| <b>IDENTIFIKASI</b>        | <p><b>DIMENSI PROFIL LULUSAN :</b> Penalaran kritis, Kolaborasi, Komunikasi, Kreatif</p> <p><input type="checkbox"/> <b>DPL 1</b> Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan YME</p> <p><input type="checkbox"/> <b>DPL 2</b> Kewargaan</p> <p><input type="checkbox"/> <b>DPL 3</b> Penalaran Kritis</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>DPL 4</b> Kreatifitas</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>DPL 5</b> Kolaborasi</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>DPL 6</b> Kemandirian</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>DPL 7</b> Kesehatan</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>DPL 8</b> Komunikasi</p>   |
| <b>DESAIN PEMBELAJARAN</b> | <p><b>TUJUAN PEMBELAJARAN:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Murid mampu melakukan teknik <b>menendang bola</b> dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar.</li> <li>2. Murid mampu melakukan teknik <b>menghentikan bola</b> dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar.</li> <li>3. Murid mampu melakukan teknik <b>menggiring bola</b> dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar.</li> </ol> <p><b>PRAKTIK PEDAGOGIS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Pendekatan : Pembelajaran Mendalam</li> <li>❖ Model Pembelajaran : Cooperative Learning (pembelajaran kerjasama)</li> <li>❖ Strategi : Sport Education Model (memberikan peran dalam tim).</li> </ul> |

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
|                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fokus : Demonstrasi, Kolaborasi, Permainan modifikasi.</li> </ul>  |
|                                     | <b>KEMITRAAN PEMBELAJARAN:</b> -  |
|                                     | <b>LINGKUNGAN PEMBELAJARAN:</b>   |
|                                     | Ruang Fisik : Lapangan sepak bola, gawang, bola sepal dan cone untuk latihan dril<br>BudayaBelajar : Kolaboratif, Reflektif, Berpartisipasi Aktif.  |
|                                     | <b>PEMANFAATAN DIGITAL :</b> -  |
| <b>LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN</b> |   |
| <b>PENGALAMAN BELAJAR</b>           | <p><b>Kegitan Pendahuluan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membuka pembelajaran dengan mengucapkan salam dan meminta salah satu murid memimpin doa</li> <li>2. Murid berdoa bersama dalam mengawali pembelajaran.</li> <li>3. Guru memberikan motivasi dan mengecek kehadiran murid</li> <li>4. Guru menyampaikan kompetensi dan tujuan pembelajaran yang akan dicapai</li> </ol> <p><b>Kegiatan Inti</b></p> <p><b>Pertemuan 1 :</b></p> <p><b>Tujuan Pembelajaran:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Murid mampu melakukan teknik <b>menendang bola</b> dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar.</li> </ol> <p><b>Prinsip : Berkesadaran , Bermakna dan Menggembirakan.</b></p> <p>Kegiatan Pembelajaran:</p> <p><b>(Memahami)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik menendang bola (kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar) secara detail, menekankan posisi tubuh, kaki, dan kontak dengan bola.</li> <li>2. Murid diberikan kesempatan untuk mengamati demonstrasi dan bertanya.</li> </ol> <p><b>(Mengaplikasi)</b></p> <p>Murid dibagi menjadi beberapa kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Kelompok pemula fokus pada latihan dasar menendang bola secara berpasangan dengan jarak dekat, atau menendang kedinding. Penekanan pada bentuk gerak yang benar.</li> <li>4. Kelompok menengah latihan menendang bola dengan akurasi ke target (misalnya, melewati cone)</li> <li>5. Kelompok mahir latihan kombinasi menendang dari berbagai teknik dan kontrol yang lebih cepat, atau menendang dalam formasi kecil.</li> </ol> |

**(Merefleksi)**

6. Murid melakukan refleksi: "Teknik mana yang paling menantang bagi saya hari ini? Mengapa?" dan satuhal yang akan saya fokuskan untuk latihan menendang bola di masa depan hasil diskusi dan penguatan konsep oleh guru.
7. Guru dapat meminta murid mendemonstrasikan perbaikan tekniknya secara singkat serta memberikan bimbingan dan umpan balik langsung dan memberikan penjelasan berdasarkan pemahaman murid.

**PERTEMUAN 2:****Tujuan Pembelajaran:**

1. Murid mampu melakukan teknik **menghentikan bola** dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar.

**Prinsip: Bermakna dan Menggembirakan**

Kegiatan Pembelajaran:

**(Memahami)**

1. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik menghentikan bola (dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar) secara detail, menekankan posisi tubuh, kaki, dan kontak dengan bola.
2. Murid diberikan kesempatan untuk mengamati demonstrasi dan bertanya.

**(Mengaplikasi)**

Murid dibagi menjadi beberapa kelompok

3. Kelompok pemula fokus pada latihan dasar menendang dan menghentikan bola secara berpasangan dengan jarak dekat, atau menendang dan menghentikan bola kedinding. Penekanan pada bentuk gerak yang benar.
4. Kelompok menengah latihan menendang dan menghentikan bola dengan akurasi ke target (teman pasangannya)
5. Kelompok mahir latihan kombinasi menendang dan menghentikan bola dari berbagai teknik dan kontrol yang lebih cepat dalam formasi kecil.

**(Merefleksi)**

6. Murid melakukan refleksi: "Teknik mana yang paling menantang bagi saya hari ini? Mengapa?" dan satu hal yang akan saya fokuskan untuk latihan menendang bola di masa depan hasil diskusi dan penguatan konsep oleh guru.
7. Guru dapat meminta murid mendemonstrasikan perbaikan tekniknya secara singkat serta memberikan bimbingan dan umpan balik langsung dan memberikan penjelasan berdasarkan pemahaman murid.

**PERTEMUAN 3:****Tujuan Pembelajaran**

1. Murid mampu melakukan teknik **megiring bola** dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar

Kegiatan Pembelajaran:

**(Memahami)**

|                             |   |
|-----------------------------|---|
|                             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik menggiring bola (dengan kaki bagian dalam, punggung kaki dan kaki bagian luar) secara detail, menekankan posisi tubuh, kaki, dan kontak dengan bola.</li> <li>2. Murid diberikan kesempatan untuk mengamati demonstrasi dan bertanya.</li> </ol> <p><b>(Mengaplikasi)</b></p> <p>Murid dibagi menjadi beberapa kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Kelompok pemula fokus pada latihan dasar menggiring bola secara bergantian dalam bentuk gerak yang benar.</li> <li>4. Kelompok menengah latihan menggiring bola, menendang dan menghentikan bola dengan akurasi ke target (teman pasangannya)</li> <li>5. Kelompok mahir latihan kombinasi menggiring bola, menendang dan menghentikan bola dari berbagai teknik dan kontrol yang lebih cepat dengan berpasangan.</li> </ol> <p><b>(Merefleksi)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. Murid melakukan refleksi: "Teknik mana yang paling menantang bagi saya hari ini? Mengapa?" dan satu hal yang akan saya fokuskan untuk latihan menendang bola di masa depan hasil diskusi dan penguatan konsep oleh guru.</li> <li>7. Guru dapat meminta murid mendemonstrasikan perbaikan tekniknya secara singkat serta memberikan bimbingan dan umpan balik langsung dan memberikan penjelasan berdasarkan pemahaman murid..</li> </ol> <p><b>Kegiatan Penutup</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 Guru memandu murid menjawab pertanyaan reflektif kemudian Murid menyampaikan <b>Refleksi</b> terhadap materi yang sudah di pelajari.</li> <li>2 Guru memberikan umpan balik positif terhadap proses dan hasil kerja peserta didik secara umum.</li> <li>3 Guru memberikan ruang bagi peserta didik untuk menyampaikan kesan dan pesan selama pembelajaran berlangsung.</li> <li>4 Guru memimpin berdo'a untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran</li> </ol> |
| <b>ASESMEN PEMBELAJARAN</b> | <p><b>1. Asesmen Awal Pembelajaran</b></p> <p><b>Digunakan untuk mengetahui kesiapan, pengetahuan awal, minat, dan kondisi murid.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Observasi Awal :</b> Guru mengamati kemampuan dasar peserta didik dalam menendang, menghentikan, dan menggiring bola saat pemanasan atau <i>mini-game</i> awal.</li> <li>• <b>Tanya Jawab Lisan :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pertanyaan singkat tentang macam-macam teknik dasar permainan sepak bola..</li> <li>2. Beberapa macam posisi pemain dalam permainan sepak bola yang telah diketahui..</li> </ol> </li> </ul>  |

3. Pengalaman bermain sepak bola sebelumnya untuk mengetahui pengetahuan awal dan minat..

## **2. Asesmen Proses Pembelajaran**

**Dilakukan selama kegiatan inti berlangsung, untuk melihat peran aktif, pemahaman, dan keterampilan murid.**

- **Teknik Dasar:** Guru mengamati akurasi menendang, kontrol saat menghentikan dan menggiring bola. Menggunakan rubrik penilaian teknik dasar.
- **Keterlibatan dan Partisipasi :** Mengamati keaktifan, semangat, dan partisipasi dalam setiap sesi latihan dan permainan.
- **Refleksi Diri/Jurnal :** murid menuliskan pengalaman belajar, kesulitan yang dihadapi, dan area yang ingin ditingkatkan.

**Rubrik Sederhana:** Tugas latihan menendang bola berpasangan dengan akurasi tendangan kaki bagian dalam ke arah pasangannya

|                   | Skor 1                                | Skor 2  | Skor 3  | Skor 4  |
|-------------------|---------------------------------------|---|---|---|
| Menendang bola    | Bola tidak sampai/tidak akurat.       | Bola sampai, tapi kurang akurat.                        | Bola sampai dan cukup akurat ke target.                                 | Bola sampai dan sangat akurat ke target.  |
| Menghentikan bola | Bola gagal dihentikan/lolos           | Bola berhasil dihentikan tetapi arah bola tidak teratur | Bola berhasil dihentikan tetapi masih terjadi pantulan                  | Bola berhasil dihentikan dengan sempurna  |
| Menggiring bola   | Bola terlalu jauh dari jangkauan kaki | Bola selalu dalam jangkauan kaki                        | Bola selalu dalam jangkauan kaki dan posisi tubuh lebih condong kedepan | Bola selalu dalam jangkauan kaki, posisi tubuh lebih condong kedepan serta mampu melewati rintangan dengan sempurna |

## **3. Asesmen Akhir Pembelajaran**

**Digunakan untuk menilai ketercapaian kompetensi utama.**

### **1. Penilaian Kinerja (Praktik Permainan):**

- **Format Permainan :** Permainan sepak bola modifikasi (misalnya, 5 lawan 5) yang akan dinilai secara holistik.
- **Aspek Penilaian :**
  - a. **Keterampilan Teknik :** Kemampuan mengintegrasikan menendang, menghentikan dan menggiring bola dalam situasi permainan.
  - b. **Keterampilan Taktis :** Kemampuan mengambil keputusan yang tepat (misalnya, kapan *passing*, kapan *shooting*, posisi pertahanan).
  - c. **Kerja Sama Tim :** Kontribusi dalam tim, komunikasi, dan dukungan kepada rekan.
  - d. **Sportivitas dan Etika Bermain :** Sikap selama pertandingan.
  - e. **Format Asesmen :** Rubrik penilaian kinerja permainan sepak bola (skor 1-4 atau deskriptif).

| Kriteria           | Skor     | Deskripsi   |
|--------------------|----------|---|
| <b>Sangat Baik</b> | <b>4</b> | Mendemonstrasikan penguasaan teknik dasar yang sangat baik dan terintegrasi |

|               |          |   |
|---------------|----------|---|
|               |          | dalam permainan, menunjukkan pemahaman taktis yang kuat (posisi, pengambilan keputusan), aktif berkontribusi dalam tim, dan selalu sportif.             |
| <b>Baik</b>   | <b>3</b> | Mendemonstrasikan penguasaan teknik dasar yang baik, menunjukkan pemahaman taktis dasar, cukup aktif berkontribusi, dan umumnya sportif.                |
| <b>Cukup</b>  | <b>2</b> | Mendemonstrasikan penguasaan teknik dasar yang kurang konsisten, kadang salah posisi, kurang aktif dalam tim, dan perlu diingatkan tentang sportivitas. |
| <b>Kurang</b> | <b>1</b> | Belum menguasai teknik dasar, kesulitan memahami taktik, kurang berkontribusi, atau menunjukkan perilaku kurang sportif.                                |

**2. Tes Pengetahuan (Opsional/Jika Diperlukan):**

- a. **Tes tertulis (Singkat)** : Pertanyaan pilihan ganda atau esai singkat tentang aturan permainan, formasi dasar, atau manfaat fisik sepak bola.
  - 1. Teknik mengumpan atas biasanya dilakukan dengan menggunakan ...
    - a. punggung kaki
    - b. telapak kaki
    - c. kaki bagian luar
    - d. kaki bagian dalam
    - e. tumit
  - 2. Tujuan utama permainan sepak bola adalah ....
    - a. menyepak bola
    - b. memainkan bola
    - c. memasukkan bola ke gawang lawan
    - d. menciptakan tontonan yang menarik
    - e. mencari atlit berbakat
  - 3. Tendangan merupakan salah satu bagian dalam sepak bola, latihan tendangan termasuk latihan ....
    - a. fisik
    - b. dengan bola
    - c. tanpa bola
    - d. teknik dasar
    - e. khusus