

## Lembar Kerja Peserta Didik

Tanggal : .....  
Lingkup/materi pembelajaran : .....  
Nama Siswa : .....  
Fase/Kelas : D / IX

### 1. Panduan umum

- a. Pastikan Kalian dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.
- b. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
- c. Mulailah kegiatan dengan berdo'a.
- d. Selama kegiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.

### 2. Panduan aktivitas pembelajaran

- a. Lakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik permainan bola voli sesuai instruksi dan bimbingan guru.
- b. Perhatikan penjelasan berikut ini:  
Cara bermain aktivitas pembelajaran gerak spesifik permainan bola voli antara lain:
  - 1) Aktivitas pembelajaran gerak spesifik servis bawah ,dan servis atas melalui atas net yang dilakukan bertahap dalam barisan berbanjar, sesuai kemampuan peserta didik dan menyesuaikan jarak sesuai kemampuan.
  - 2) Aktivitas pembelajaran gerak spesifik *passing* bawah dan *passing* atas dengan melambungkan bola dan membiarkan bola jatuh pada lengan yang dirapatkan dan diluruskan, *passing* bawah melalui atas net/tali yang dipasang melintang secara berpasangan dengan formasi berbanjar

### 1. Bahan Bacaan Peserta Didik

- a. Peraturan permainan bola voli yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
- b. Materi gerak spesifik permainan bola voli. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

### 2. Bahan Bacaan Guru

- a. Teknik dasar permainan bola voli.
- b. Bentuk-bentuk gerak spesifik permainan bola voli.
- c. Bentuk-bentuk permainan bola voli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.


## Glosarium

- Servis adalah pukulan awal untuk melakukan permainan dan dapat juga dijadikan serangan awal terhadap lawan.
- Servis tangan bawah adalah servis yang sangat sederhana dan diajarkan terutama untuk pemain pemula. Servis tangan bawah adalah cara servis dengan mengayunkan lengan dari arah bawah kemudian memukul bola dengan genggaman tangan.
- Servis tangan atas adalah tindakan memukul bola dengan cara melemparkan bola ke atas lalu memukulnya dengan mengayukan tangan dari atas sambil diikuti dengan lompatan untuk memaksimalkan tenaga dan pukulan sehingga bola meluncur dengan cepat mengenai lapangan tim lawan.
- Passing bawah merupakan teknik untuk mengoper bola ke teman yg dilakukan dengan kedua tangan di kepala dan dipukul dari bawah ke atas. Perkenaan bola di tangan ada di bagian pergelangan tangan. Hasil bola dari passing ini adalah melambung.
- Passing atas atau disebut *set up* adalah usaha pemain untuk mengoper bola yang dilakukan saat bola di atas kepala dengan menggunakan kedua tangan secara bersamaan.
- Pembelajaran adalah proses interaksi antarpeserta didik, antara peserta didik dengan tenaga pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.
- Permainan bola voli merupakan suatu cabang olah raga berbentuk memvoli bola di udara bolak-balik diatas jaring/net, dengan maksud menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan.
- Tujuan dari variasi gerakan tersebut adalah supaya para pemain mampu memperkirakan efek gerakan servis, blocking, smash dan passing. Dengan mengetahui, mengenal, mempelajari dan menguasai variasi tersebut, akan lebih mudah bagi seorang pemain untuk berusaha memenangkan pertandingan voli.

## Referensi

- Muhajir. 2017. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas IX*. Bogor : Penerbit Yudhistira.
- Muhajir. 2017. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas IX*. Bogor : Penerbit Yudhistira.
- Muhajir. 2020. *Modul Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas IX*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus Dirjen Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kemendikbud.
- Muhajir. 2020. *Belajar dan Berlatih Permainan Bola Voli*. Bandung: Sahara Multi Trading.
- Tim Direktorat SMP. 2017. *Panduan Asesmen oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

1. Asesmen Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Instrumen	Kriteria Asesmen
Tes Tulis Pre test dan Post Test google form	Pilihan ganda dengan 4 opsi	<p>1. Perhatikan gambar berikut ini, yang merupakan keterampilan teknik dasar servis bawah permainan bola voli.</p>  <p>Berdasarkan gambar di atas, keterampilan teknik dasar servis bawah tahapan pelaksanaan permainan bola voli tersebut adalah . . . .</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A. berdiri dengan kedua kaki dalam posisi melangkah.</li> <li>B. pegang bola setinggi pinggang atau lebih rendah di depan badan.</li> <li>C. pukul bola dengan telapak tangan saat pada posisi setinggi pinggang.</li> <li>D. jari-jari yang akan digunakan memukul (servis) dirapatkan.</li> </ul> <p>Kunci: C. pukul bola dengan telapak tangan saat pada posisi setinggi pinggang.</p>	Jawaban benar mendapatkan skor 2 dan salah 0.