

PERMAINAN BOLA VOLI

Materi: PASSING BAWAH

Nama : _____
 Kelas : _____
 No. Absen : _____
 Tanggal : _____



TUJUAN PEMBELAJARAN

- Memahami pengertian passing bawah.
- Mengidentifikasi teknik passing bawah dengan benar.
- Mempraktikkan passing bawah sesuai tahapan gerak.
- Menyelesaikan aktivitas interaktif secara mandiri maupun kelompok.
- Menunjukkan sikap disiplin dan kerja sama.



PENGERTIAN PASSING BAWAH

Passing bawah adalah teknik dasar dalam permainan bola voli yang digunakan untuk menerima bola menggunakan kedua lengan bagian bawah dengan posisi tangan dirapatkan.



1 DRAG AND DROP

Susun Tahapan Passing Bawah!

Petunjuk: Drag (tarik) kotak jawaban di bawah ini ke dalam urutan tahapan yang benar!

1 Sikap Awal	2 Pelaksanaan	3 Sikap Akhir
Drag here	Drag here	Drag here

Berdiri dengan kedua kaki selebar bahu, lutut ditekuk, badan condong ke depan.

Ayunkan kedua lengan secara lurus bersamaan untuk memukul bola pada bagian lengan bawah.

Setelah bola terpukul, kembali ke posisi siap menghadapi bola berikutnya.

2 DRAG AND MATCH

Cocokkan Gerakan dengan Fungsinya!

Petunjuk: Tarik jawaban di sebelah kanan ke kotak yang sesuai di sebelah kiri!

Lutut ditekuk	Mengontrol arah dan kekuatan bola.
Lengan dirapatkan (tangan sejajar)	Menambah keseimbangan tubuh.
Pandangan ke bola	Fokus dan memperkirakan arah datangnya bola.
Badan condong ke depan	Siap bergerak ke segala arah.

3 PILIH DAN TEMPEL

Teknik Benar atau Salah?

Petunjuk: Pilih tanda (Benar) atau (Salah), lalu tempelkan pada kotak di sebelah kanan!

1 Passing bawah menggunakan telapak tangan.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
2 Kedua lengan harus dirapatkan saat passing bawah.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
3 Lutut lurus ketika melakukan passing bawah.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
4 Pandangan mata mengarah ke bola.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
5 Passing bawah dilakukan di atas kepala.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

4 STUDI KASUS

Bacalah situasi berikut, lalu jawablah pertanyaannya!

Timmu sering gagal menerima servis lawan karena passing bawah tidak terarah dan sering memantul jauh dari pemain.



- Apa penyebab utama masalah tersebut?
Jawab: _____
- Apa solusi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan passing bawah?
Jawab: _____
- Bagaimana cara meningkatkan kerja sama tim agar masalah tersebut tidak terulang?
Jawab: _____

5 GAME MINI: TEMUKAN KATA

Temukan 5 istilah berikut pada kotak kata!

- SERVIS
- PASSING
- BLOK
- SPIKE
- NET

S	E	R	V	I	S	A	B
P	A	S	S	I	N	G	L
Z	X	C	V	B	L	O	K
S	P	I	K	E	Q	W	E
N	E	T	R	T	Y	U	I

(Mendatar, menurun, atau diagonal)

6 AKTIVITAS PRAKTIK

Praktik Passing Bawah Berpasangan

Lakukan passing bawah dengan pasanganmu sebanyak 20 kali. Catat jumlah keberhasilannya!



Nama Pasangan	Jumlah Percobaan	Jumlah Berhasil	Persentase (%)
1.	20
2.	20

7 REFLEKSI DIRI

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai!



No	Pernyataan	Ya	Kadang	Tidak
1	Saya memahami teknik passing bawah.			
2	Saya dapat melakukan passing bawah dengan benar.			
3	Saya berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.			
4	Saya bekerja sama dengan baik dalam tim.			

8 KESIMPULAN

Tuliskan kesimpulan pembelajaran hari ini!



SEKARANG
Tonton video tutorial Passing Bawah di sini!



Terus berlatih, semakin terbiasa.



PENILAIAN GURU

Aspek yang Dinilai	Sikap Awal	Pelaksanaan	Sikap Akhir	Kerja Sama	Total Skor
Skor (1-4)/16