

LEMBAR KERJA

PESERTA DIDIK

Permainan Bola Voli



NAMA :

ABSEN :

KELAS :

VII



PERMAINAN BOLA VOLI



PETUNJUK PENGGUNAAN E-LKPD

1. Siapkan perangkat penggerjaan E-LKPD berupa handphone/komputer dan jaringan internet!
2. Peserta didik membuka link yang telah diberikan guru menggunakan Google Chrome.
3. Kerjakan kegiatan pembelajaran ini secara individu dan berkelompok dengan baik dan benar.
4. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan intruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
5. Mulailah kegiatan dengan berdoa'a.
6. Isilah identitas peserta didik pada lembar yang disediakan.
7. Baca dan pahamilah petunjuk yang ada pada setiap kegiatan.
8. Jika ada yang kurang dipahami, tanyakanlah kepada guru.
9. Kliklah tombol finish pada akhir E-LKPD jika telah menyelesaikan semua kegiatan.

KEGIATAN PEMBELAJARAN 1

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : VII/Ganjil

Materi Pokok : Permainan Bola Voli

Sub Materi Pokok : *Passing Bawah* dan *Passing Atas*

A. CAPAIAN PEMBELAJARAN

Pada akhir Fase D, peserta didik menganalisis keterampilan gerak, mentransfer ke dalam berbagai situasi gerak, dan serta menjelaskan penerapan konsep dan strategi gerak untuk meningkatkan capaian keterampilan gerak. Mereka menguji berbagai strategi gerak dan membuktikan strategi yang paling efektif. Peserta didik mengkaji bagaimana modifikasi peralatan dan peraturan permainan dapat mendukung *fair play* dan partisipasi inklusif. Mereka juga menerapkan kepemimpinan, kolaborasi, dan pengambilan keputusan dalam berbagai konteks gerak.

B. TUJUAN PEMBELAJARAN

Peserta didik terampil bergerak dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah dan *passing* atas dalam permainan bola voli. Membangun dan menerapkan keterampilan sosial dan emosional melalui konteks pembelajaran yang menekankan nilai-nilai *fair play*, kerja tim, dan inklusivitas; dan mananamkan apresiasi dan mengembangkan sikap positif untuk aktif secara jasmani sepanjang hayat sebagai upaya peningkatan keseluruhan kualitas hidup.



PERMAINAN BOLA VOLI



C. MATERI PEMBELAJARAN

Untuk lebih memahami materi, silakan baca materi berikut:



Flipbook

Untuk lebih memahami materi ini, silakan tonton video berikut:

E. TUGAS ATAU LANGKAH KERJA

1. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 8 orang.
2. Lakukan aktivitas pembelajaran hasil analisis keterampilan gerak permainan bola voli dengan satu kelompok.
3. Perhatikan penjelasan berikut ini:
 - Cara bermain aktivitas pembelajaran hasil analisis keterampilan gerak passing bawah dan passing atas permainan bola voli antara lain:

PERMAINAN BOLA VOLI



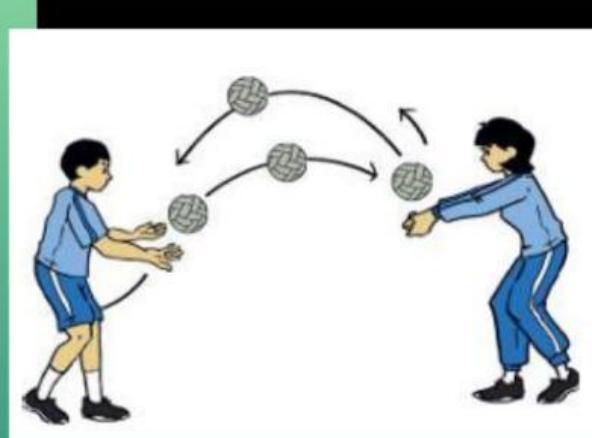
1

Variasi Keterampilan Gerak *Passing* Bawah dan *Passing* Atas

A. *Passing* Bawah

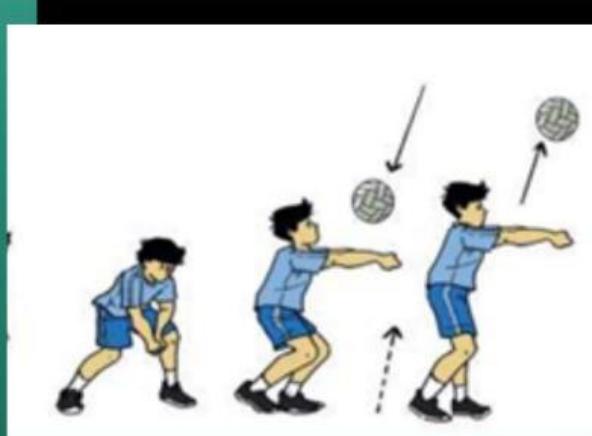
Pembelajaran *passing* bawah berpasangan/ berkelompok

Peserta didik A bertugas melambungkan bola kepada peserta di dik B yang bertugas melakukan *passing* bawah, kemudian berganti peran. Aktivitas ini bisa dilakukan secara berkelompok, jika bolanya terbatas.



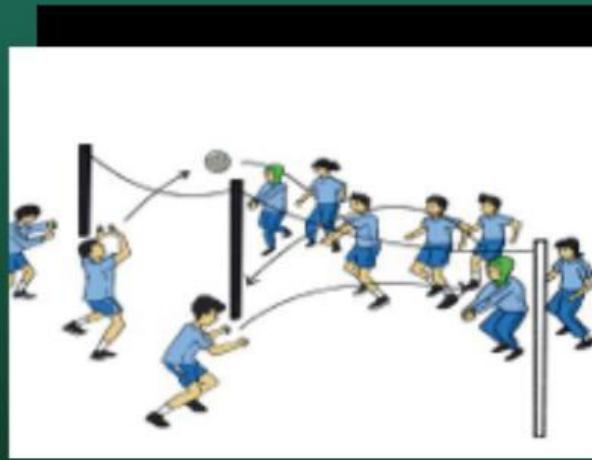
Pembelajaran *passing* bawah bola dilambungkan

Melambungkan bola ke atas, kedua lengan rapat dan lurus ke depan menunggu jatuhnya bola untuk dilakukan gerakan *passing* bawah. Aktivitas ini dilakukan di tempat dan sambil maju



Pembelajaran *passing* bawah melewati net

Aktivitas *passing* bawah yang ditengahnya dibatasi net atau tali. Satu peserta didik bertugas melambungkan melewati net/tali, peserta didik lain menerima bola dengan gerakan *passing* bawah kearah peserta didik yang melambungkan bola.





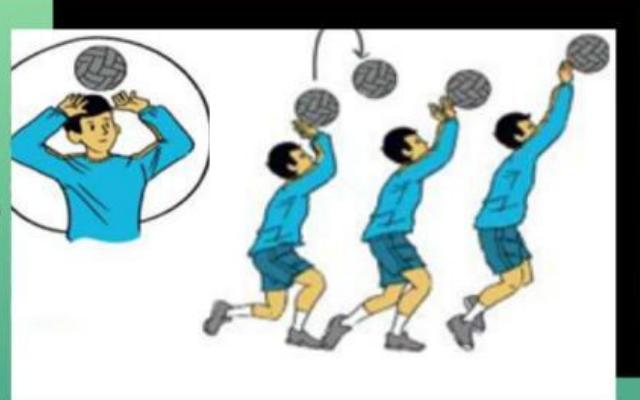
PERMAINAN BOLA VOLI



B. Passing Atas

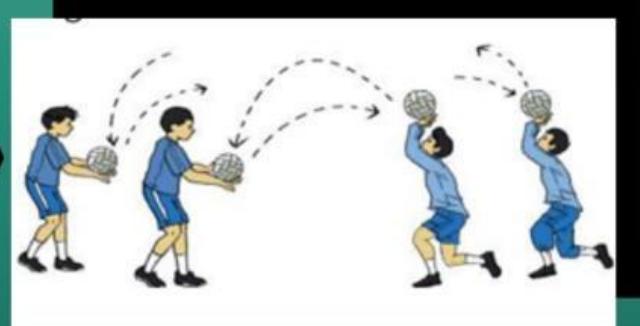
Pembelajaran *passing atas* bola dilambungkan sendiri

Peserta didik memegang bola lalu bola tersebut dilambungkan ke atas dan diterima dengan telapak jari tangan untuk kembali didorong bola keatas menggunakan bagian dua ruas pertama dari semua jari-jari tangan



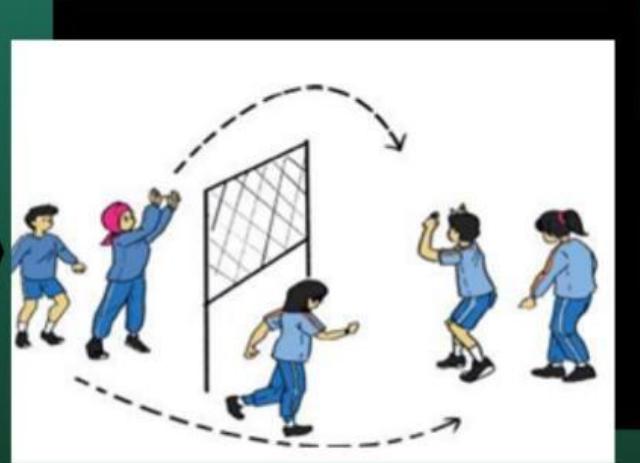
Pembelajaran *passing atas* bola dilambungkan teman

Peserta didik A bertugas melambungkan bola kepada peserta didik B yang bertugas melakukan *passing atas*, kemudian ganti peran dengan jarak disesuaikan dengan kondisi. Aktivitas bisa dilakukan berkelompok.



Pembelajaran *passing atas* melewati net

Latihan *passing atas* yang di tengahnya dibatasi net. Satu peserta didik bertugas melambungkan melewati net, peserta didik lain menerima bola dengan gerakan *passing bawah* ke arah pemain yang melambungkan bola. Latihan dilakukan secara berpasangan atau berkelompok.





PERMAINAN BOLA VOLI



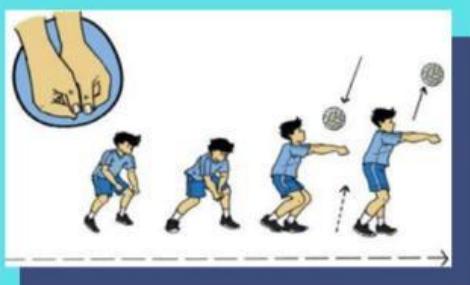
4. Lakukan refleksi aktivitas pembelajaran dengan mengisiakan di bawah ini

Bentuk pembelajaran	Kesulitan yang sering dialami	Kesalahan yang sering dilakukan	Cara memperbaiki kesalahan tersebut
Aktivitas keterampilan gerak <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas permainan bola voli			

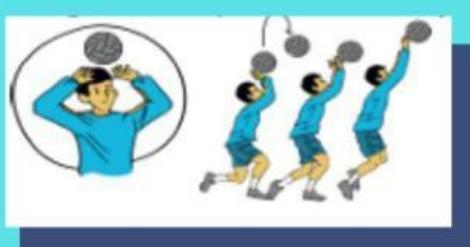
F. UJI PEMAHAMAN

Jawablah pertanyaan berikut!

1. Perhatikan gambar teknik pukulan dalam permainan bola voli. Pada gambar ditunjukkan posisi sikap tangan dan bola dalam melakukan pukulan bola voli. Sebutkan jenis pukulan yang dimaksud pada kolom yang tersedia. Seret jawaban yang sesuai dengan gambar!



Smash



Servis

Passing atas

Passing bawah



PERMAINAN BOLA VOLI



Pilihlah salah satu jawaban yang benar!

1. Dalam permainan bola voli, teknik dasar mengoper bola ke teman dengan menggunakan ujung jari-jari tangan disebut ...

2. Dalam permainan bola voli bagian tubuh yang digunakan untuk melakukan *passing* bawah adalah...

3. Dalam permainan bola voli, teknik dasar untuk mengoper bola dari bawah menggunakan kedua tangan dinamakan ...

4. Dalam permainan bola voli, jika bola mendarat dan menyentuh garis lapangan, maka bola dianggap...

5. Jumlah pemain dalam satu regu bola voli adalah...



PERMAINAN BOLA VOLI



PETUNJUK PENGGUNAAN E-LKPD

1. Siapkan perangkat penggerjaan E-LKPD berupa handphone/komputer dan jaringan internet!
2. Peserta didik membuka link yang telah diberikan guru menggunakan Google Chrome.
3. Kerjakan kegiatan pembelajaran ini secara individu dan berkelompok dengan baik dan benar.
4. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan intruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
5. Mulailah kegiatan dengan berdoa'a.
6. Isilah identitas peserta didik pada lembar yang disediakan.
7. Baca dan pahamilah petunjuk yang ada pada setiap kegiatan.
8. Jika ada yang kurang dipahami, tanyakanlah kepada guru.
9. Kliklah tombol finish pada akhir E-LKPD jika telah menyelesaikan semua kegiatan.

KEGIATAN PEMBELAJARAN 2

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/Semester : VII/Ganjil

Materi Pokok : Permainan Bola Voli

Sub Materi Pokok : Servis Atas dan Servis Bawah

A. CAPAIAN PEMBELAJARAN

Pada akhir Fase D, peserta didik menganalisis keterampilan gerak, mentransfer ke dalam berbagai situasi gerak, dan serta menjelaskan penerapan konsep dan strategi gerak untuk meningkatkan capaian keterampilan gerak. Mereka menguji berbagai strategi gerak dan membuktikan strategi yang paling efektif. Peserta didik mengkaji bagaimana modifikasi peralatan dan peraturan permainan dapat mendukung *fair play* dan partisipasi inklusif. Mereka juga menerapkan kepemimpinan, kolaborasi, dan pengambilan keputusan dalam berbagai konteks gerak.

B. TUJUAN PEMBELAJARAN

Peserta didik terampil bergerak dalam melakukan teknik dasar servis bawah dan servis atas dalam permainan bola voli. Membangun dan menerapkan keterampilan sosial dan emosional melalui konteks pembelajaran yang menekankan nilai-nilai *fair play*, kerja tim, dan inklusivitas; dan mananamkan apresiasi dan mengembangkan sikap positif untuk aktif secara jasmani sepanjang hayat sebagai upaya peningkatan keseluruhan kualitas hidup.



PERMAINAN BOLA VOLI



C. MATERI PEMBELAJARAN

Untuk lebih memahami materi, silakan baca materi berikut:



Flipbook

Untuk lebih memahami materi ini, silakan tonton video berikut:

E. TUGAS ATAU LANGKAH KERJA

1. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 8 orang.
2. Lakukan aktivitas pembelajaran hasil analisis keterampilan gerak permainan bola voli dengan satu kelompok.
3. Perhatikan penjelasan berikut ini:
 - Cara bermain aktivitas pembelajaran hasil analisis keterampilan gerak passing bawah dan passing atas permainan bola voli antara lain:

PERMAINAN BOLA VOLI



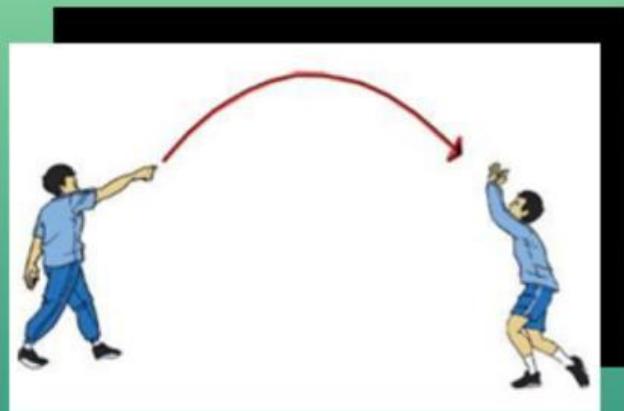
2

Variasi Keterampilan Gerak Servis Bawah dan Servis Atas

A. Servis Bawah

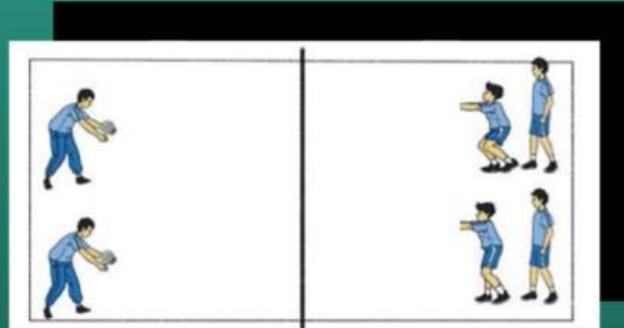
Pembelajaran servis bawah berpasangan/ berkelompok

Peserta didik A melakukan pukulan servis bawah ke arah peserta didik B yang menjadi pasangannya. Setelah menerima bola, peserta didik B melakukan pukulan servis bawah ke peserta didik A yang dimulai jarak terpendek hingga terjauh sesuai kondisi.



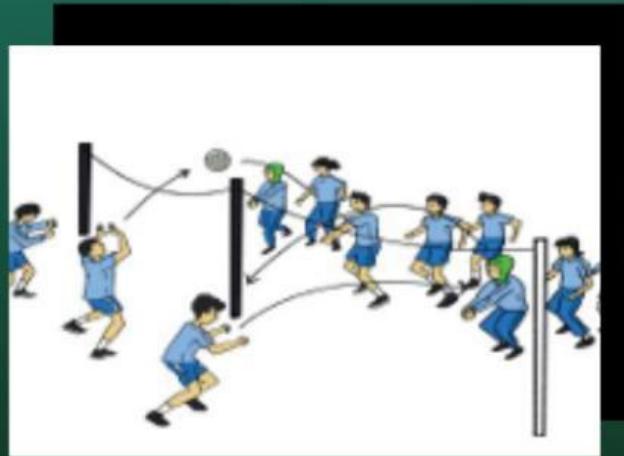
Pembelajaran servis bawah melewati net

Latihan servis bawah berpasangan atau berkelompok melewati net atau tali. Peserta didik A melakukan servis bawah melewati net/tali ke peserta didik B, kemudian berganti peran, mulaij arak dekat hingga jarak sebenarnya sekitar 9 meter.



Pembelajaran *passing* bawah melewati net

Aktivitas *passing* bawah yang ditengahnya dibatasi net atau tali. Satu peserta didik bertugas melambungkan melewati net/tali, peserta didik lain menerima bola dengan gerakan *passing* bawah kearah peserta didik yang melambungkan bola.



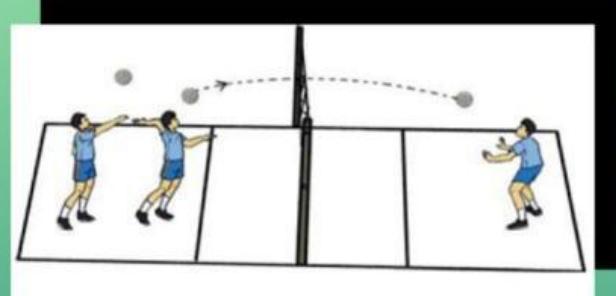
PERMAINAN BOLA VOLI



B. Servis Atas

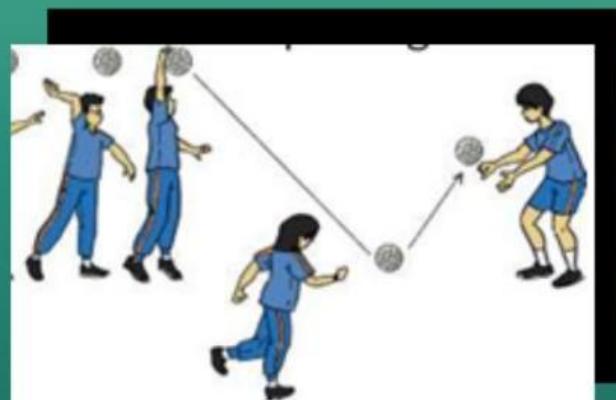
Pembelajaran servis atas berhadapan

Peserta didik A memegang bola, lalu melakukan pukulan servis atas ke arah peserta didik B kemudian peserta didik B melakukan servis atas ke arah peserta didik A, dan seterusnya.



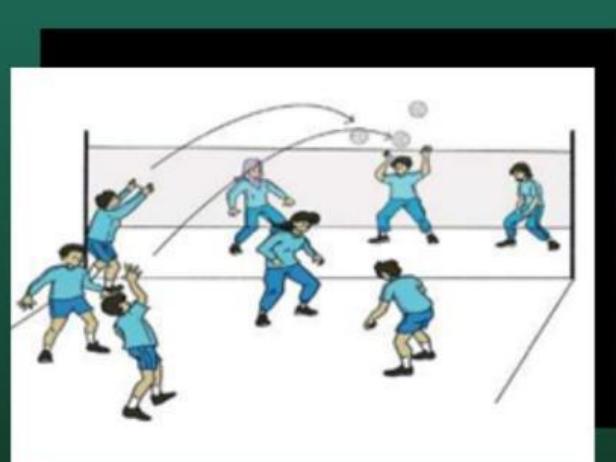
Pembelajaran servis atas dengan dipantulkan ke lantai

Posisi berdiri sambil memegang bola, peserta didik A memukul bola ke lantai hingga memantul ke peserta didik B. Selanjutnya peserta didik B yang menangkap bola melakukan gerakan memukul bola seperti peserta didik A. Latihan ini bisa dilakukan berpasangan atau berkelompok.



Pembelajaran servis atas melewati net

Latihan servis atas secara berpasangan atau berkelompok yang ditengahnya dibatasi net atau tali. Pemain A melakukan servis atas melewati net/tali ke pemain B. Setelah menangkap bola, pemain B melakukan servis atas kepemain A dengan melewati net/tali, mulai jarak dekat hingga jarak sekitar 9 meter.





PERMAINAN BOLA VOLI



4. Lakukan refleksi aktivitas pembelajaran dengan mengisikan di bawah ini

Bentuk pembelajaran	Kesulitan yang sering dialami	Kesalahan yang sering dilakukan	Cara memperbaiki kesalahan tersebut
Aktivitas keterampilan gerak servis bawah dan servis atas permainan bola voli			

F. UJI PEMAHAMAN

Jawablah pertanyaan berikut!

1. Berikut merupakan istilah dalam permainan bola voli! Beri tanda (v) pada checkbox dibawah ini sesuai dengan intruksi.

Bola

Service

Smash

Bet

Backhand

Libero

Net

Shooting

Handball

Footwork

Toser

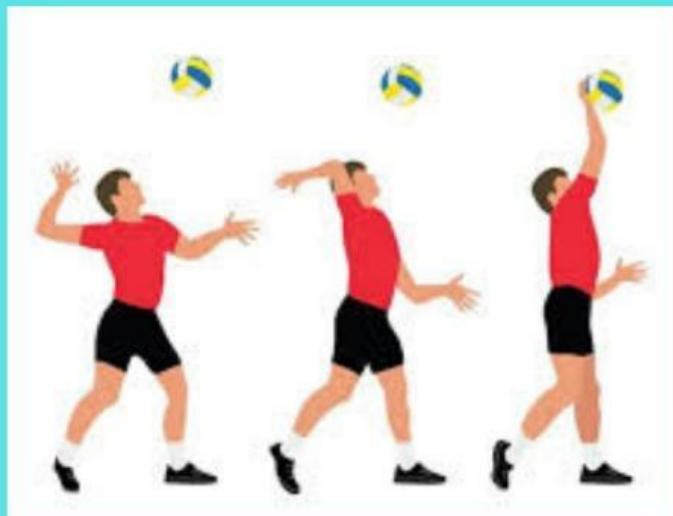
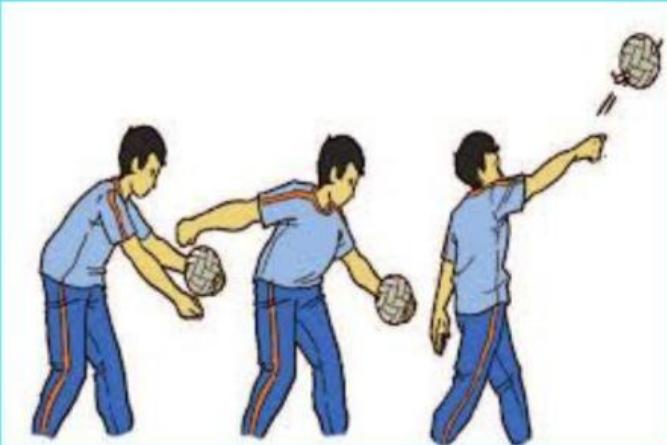
Lob



PERMAINAN BOLA VOLI



2. Tuliskan nama servis yang ada dibawah ini!



DAFTAR PUSTAKA

Jamil & Nugraheni (2022). Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli. doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3494

Iswayudi, & Sugeng. (2020). Pendekatan Permainan Bola Voli dengan Pendekatan Modifikasi (Pada Siswa-Siswi Kelas VII SMP Negeri 23 Surabaya Tahun Ajaran 2017/2018.

Sistiasih, Digdaya, Dewi, & Rumpoko. (2022). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Mahasiswa Pendidikan Olahraga. Dalam Jurnal Ilmiah SPIRIT (Vol. 22, Nomor 2).

Yusmar. (2017). Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar. <http://id.wikipedia.org/wiki/Bola>

PROFIL PENGEMBANG



Ary Syah Putra Saragih

Nama Ary Syah Putra Saragih

NIM 2116011037

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Instansi Universitas Pendidikan Ganesha

Gmail ary.syah@undiksha.ac.id

No HP 087899889013

PROFIL PEMBIMBING



Pembimbing Utama

Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
198008112008121001



Pembimbing Wakil

Ni Putu Dwi Sucita Dartini, S.Pd.,M.Pd.
198705222015042004