

SILABUS MATA KULIAH BOLAVOLI

OLEH:
Drs. YUNYUN YUDIANA, M.Pd

BANDUNG, SEPTEMBER 2008

SILABUS MATA KULIAH PERMAINAN BOLAVOLI

A. IDENTITAS MATA KULIAH

Nama matakuliah	: Bola Voli (teori dan praktik)
Nomer kode	:
jumlah sks	: 2
Semester	: II
Kelompok mata kuliah	: MKU
Jurusan/Program Studi	:
Status mata kuliah	: wajib
Prasyarat	: Telah menempuh mata kuliah olahraga di semester I
Nama dosen/asisten	: Drs. Yyun Yudiana, M.Pd.

B. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini merupakan mata kuliah olahraga permainan yang didalamnya mempelajari tentang pola-pola bermain bolavoli. Berangkat dari perkembangannya, permainan bolavoli yang dari tujuan awalnya hanya untuk rekreatif belaka, kemudian berkembang ke tujuan-tujuan lain seperti untuk mencapai prestasi yang tinggi, meningkatkan prestise diri atau bangsa dan negara, memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, memanfaatkan waktu luang, bersosialisasi, bahkan saat ini ada sebagian pemain yang bertujuan untuk kepentingan ekonomi dan bisnis.

Melalui pembelajaran bolavoli para mahasiswa dapat dibentuk dan dikembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Disamping itu, melalui pembelajaran bolavoli pula diharapkan akan terdorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai seperti sikap-mental-emosional-sportivitas- spiritual-sosial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Hal tersebut akan berdampak terhadap pembentukan watak dan kepribadian

bangsa serta usaha pengembangan dan peningkatan mutu sumber daya manusia secara berkelanjutan. Khususnya bagi Bangsa dan Negara yang sedang berkembang, pendidikan jasmani melalui pembelajaran bolavoli akan merupakan sarana yang efektif dan efisien untuk meningkatkan disiplin dan rasa tanggung jawab, kreativitas dan daya inovasi, dan mengembangkan kecerdasan emosional.

Dalam pelaksanaannya, mata kuliah ini lebih mengutamakan kegiatan praktik 75% dan teori 25% yang harus ditempuh selama semester 2. Selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mampu memahami dan menguasai cara-cara bermain bolavoli dengan aturan permainan yang benar, serta berkembangnya kecerdasan emosional. Dalam proses perkuliahan dipelajari berbagai teknik dasar pas dan umpan (pas atas dan pas bawah), spike, servis, block melalui bentuk-bentuk permainan. Disamping itu dipelajari pula sejarah perkembangan bolavoli dunia, dan peraturan permainan. Model perkuliahan menggunakan pendekatan taktis dalam bentuk praktik bermain secara langsung melalui berbagai modifikasi permainan. Untuk mengukur pemahaman bermain bolavoli para mahasiswa digunakan metode *Game Performance Assesment Instrument Components (GPAI)* dan observasi keterampilan. Pelaksanaan pengukuran kemampuan permainan bolavoli mahasiswa, dilaksanakan dalam bentuk evaluasi melalui kegiatan Ujian Tengah Semester (UTS) dan Ujian Akhir Semester (UAS). Didukung oleh jumlah kehadiran minimal 80% serta sikap dan perilaku mahasiswa selama proses perkuliahan. Buku sumber utama: (1) Griffin, Linda L., Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. USA: Human Kinetics, 1997. (2) FIVB. *Coaches Manual*. Lausanne: Federation Internationale De Volley-Ball, 1989. (3) Frohner, Berthold. *Spiele Fur Das Volleyballtraining*. Berlin: Sportverlag, 1988. (4) Metzler, Michael W., *Instructional Models For Physical Education*. Massachusetts: Allyn & Bacon, 2000.

C. TUJUAN PERKULIAHAN

Selesai mengikuti perkuliahan bolavoli diharapkan mahasiswa memiliki kemampuan dalam berpikir kritis dan keterampilan sosial, disamping kemampuan dalam pemahaman bermain bolavoli itu sendiri.

D. FASILITAS PERKULIAHAN

- Lapangan bolavoli atau
- Lapangan bola basket

E. PERALATAN PERKULIAHAN

- Bolavoli
- Bola karet yang dimodifikasi
- Bolavoli yang halus (soft volleyball)
- Net
- Tambang plastik atau karet
- Tiang-tiang yang siap bongkar pasang (terbuat dari kayu atau besi)

F. MEDIA PERKULIAHAN

- Gambar-gambar permainan bolavoli
- Video permainan bolavoli
- Buku panduan permainan dan peraturan bolavoli

G. PENDEKATAN PERKULIAHAN

- Metode utama perkuliahan menggunakan *model Pendekatan Taktik*
- Pelaksanaan metode melalui kegiatan tanya jawab dan pemecahan masalah praktik bermain bolavoli.

H. JUMLAH DAN WAKTU PERTEMUAN

- Jumlah pertemuan 14 kali tatap muka ditambah 2 kali evaluasi (UTS dan UAS).
- Waktu setiap pertemuan 2 x 50 menit (2 sks).

I. RINCIAN MATERI PERKULIAHAN TIAP PERTEMUAN

PERTEMUAN	MASALAH TAKTIK	AKTIVITAS BELAJAR
1	Persiapan serangan	<p>1. Posisi dasar dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lempar tangkap bola tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 2 vs 2 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yng dimodifikasi. • Lempar tangkap bola tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 3 vs 3 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yng dimodifikasi. <p>2. Pasing bawah dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 2 vs 2 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapngan yng dimodifikasi. • Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 3 vs 3 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapngan yng dimodifikasi.
2	Persiapan serangan	<p>1. Pasing bawah untuk diumpankan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penerimaan servis dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 2 vs 2 • Penerimaan serangan dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 2 vs 2 <p>2. Persiapan mengumpan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penerimaan servis dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3 • Penerimaan serangan dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3 • Menjaga/cover serangan tim sendiri melalui pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3.
3	Memenangkan angka	<p>Perubahan peran ke penyerang dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang dengan formasi segi tiga

		<ul style="list-style-type: none"> • Perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang dengan formasi permainan 3 vs 3.
4	Memenangkan angka	<p>Langkah-langkah untuk serangan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ancang-ancang untuk serangan melalui spike dengan formasi permainan 3 vs 3 • Persiapan untuk menyerang dengan formasi permainan 3 vs 3 • Spike menyilang untuk variasi serangan dengan formasi permainan 6 vs 6
5	Memenangkan angka	<p>Persiapan untuk menyerang dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengkombinasikan latihan pasing, umpan, spike, dan blok dengan formasi permainan 3 vs 3
6	Serangan tim	<p>Penerimaan servis oleh tim dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dua pemain menerima servis dengan pasing bawah untuk mendukung permainan berikutnya dengan formasi permainan 3 vs 3 • Penerimaan servis dan perubahan posisi untuk menyerang dengan formasi permainan 6 vs 6
7	Serangan tim	<p>Kombinasi pasing-umpan-serang:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penerimaan servis dan persiapan untuk menyerang dengan formasi permainan 6 vs 6
8	Evaluasi	UTS
9	Serangan tim	<p>Serangan balik dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan umpan dan cover serangan/spike dengan formasi permainan 6 vs 6
10	Pertahanan area	<p>Pertahanan dari bola yang dilambung dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pertahanan dari bola yang melambung, posisi dasar dan gerak persiapan dengan formasi permainan 3 vs 3
11	Pertahanan area	<p>Posisi dasar dan gerak persiapan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pertahanan dari bola yang menukik dan gerak persiapan dengan formasi permainan 3 vs 3

12	Pertahanan dari serangan	<p>Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (diging) dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 3 vs 3 • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 6 vs 6
13	Pertahanan dari serangan	<p>Latihan menerima pukulan bola yang tajam atau menukik dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 3 vs 3 • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 6 vs 6
14	Pertahanan tim	<p>Posisi pertahanan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi pertahanan tim dari serangan dengan formasi permainan 6 vs 6.
15	Pertahanan tim	<p>Kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi pertahanan tim dari serangan dengan formasi permainan 6 vs 6. • Permainan kombinasi serangan dan pertahanan dengan formasi 6 vs 6
16	Evaluasi	UAS

J. EVALUASI

- Kehadiran
- Tugas
- Proses pembelajaran
 - Observasi kemampuan membuat keputusan
 - Observasi pelaksanaan keterampilan
 - Observasi ketepatan bergerak
- UTS
- UAS

K. DAFTAR BUKU

Griffin, Linda L., Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. USA: Human Kinetics, 1997.

FIVB. *Coaches Manual*. Lausanne: Federation Internationale De Volley-Ball, 1989

Frohner, Berthold. *Spiele Fur Das Volleyballtraining*. Berlin: Sportverlag, 1988

Metzler, Michael W., *Instructional Models For Physical Education*. Massachusetts: Allyn & Bacon, 2000.

Dunphy, Marv, and Wilde, Rod. *Volleyball Today*. (second Edition). Singapore: Thomson Learning Asia, 2000.

Sawula, Lorne, and Valeriate, Terry. *Volleyball Development Model*. (2nd Edition) Canada: The Canadian Volleyball Association, 1982.

Hastings, John. *Volleyball: Karch Kiraly's Championship*. New York: A Fireside Book, Simon & Schuster. 1990.

Viera, Barbara L., and Fergusson, Bonnie J., *Bolavoli Tingkat Pemula*. (Terjemahan Monti). Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 1996.

PP. PBVSI. *Pelatihan Bolavoli di Indonesia*. Jakarta: Sekretariat Umum PP. PBVSI, 1995.

Toto Subroto, Yunyun Yudiana, dan Carsiwan. *Permainan Bolavoli*. Jakarta: Universitas Terbuka, 2004.

RENCANA PERKULIAHAN SETIAP PERTEMUAN

PERTEMUAN 1

- Tujuan : Siswa mampu melakukan passing bawah tepat ke posisi pengumpan
- Masalah Taktik : Persiapan serangan
- Konsep Taktik : Mempersiapkan bola untuk serangan
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	1. Posisi dasar dalam permainan bolavoli: <ul style="list-style-type: none"> • Lempar tangkap bola tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 2 vs 2 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yang dimodifikasi: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bola di lempar melambung dari atas oleh pemain pengumpan yang berada di daerah serang (dekat net) diarahkan ke teman pasangannya pemain bertahan di daerah bertahan. ○ Pemain bertahan menerima bola dengan cara menangkap seperti gerakan passing bawah ○ Bola hasil tangkapan diarahkan kepada pengumpan yang berada di posisi daerah serang dengan bola melambung. ○ Pengumpan menangkap kembali bola di atas depan dahi/kepala dengan gaya seperti passing atas ○ Lakukan secara berulang-ulang dengan formasi 2 vs 2 dan ditandingkan dengan pasangan yang lainnya sampai hitungan 15. ○ Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima

		<ul style="list-style-type: none"> • Lempar tangkap bola tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 3 vs 3 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yang dimodifikasi: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bola di lempar melambung dari atas oleh pemain pengumpan yang berada di daerah serang (dekat net) diarahkan ke teman pasangannya pemain bertahan di daerah bertahan. ○ Pemain bertahan menerima bola dengan cara menangkap seperti gerakan pasing bawah ○ Bola hasil tangkapan diarahkan kepada pengumpan yang berada di posisi daerah serang dengan bola melambung. ○ Pengumpan menangkap kembali bola di atas depan dahi/kepala dengan gaya seperti pasing atas ○ Lakukan secara berulang-ulang dengan formasi 3 vs 3 dan ditandingkan dengan pasangan yang lainnya sampai hitungan 15. ○ Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima <p>2. Pasing bawah dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 2 vs 2 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yang dimodifikasi: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bola di lempar melambung dari atas oleh pemain pengumpan yang berada di daerah serang (dekat net) diarahkan ke teman pasangannya pemain bertahan di daerah bertahan. ○ Pemain bertahan menerima bola dengan menggunakan pasing bawah ○ Bola hasil pasing bawah diarahkan kepada pengumpan yang berada di posisi daerah serang dengan bola melambung. ○ Pengumpan menerima bola dengan gerakan pasing atas ○ Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan pasangan yang
--	--	--

		<p>lainnya sampai hitungan 15.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima● Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 3 vs 3 pada lapangan sendiri. Dengan ukuran lapangan yang dimodifikasi:<ul style="list-style-type: none">- Bola di lempar melambung oleh pemain spike diarahkan ke pemain bertahan di posisi daerah bertahan- Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan melambung ke pengumpan yang berada di posisi daerah serang dekat dengan net- Pengumpan menerima bola lambung dari pemain bertahan dan diumpangkan dengan pasing atas kepada pemain spike di depannya di daerah serang.- Pemain spike menangkap bola lambung dari pengumpan dengan satu tangan di atas.- Setelah menangkap bola kemudian lempar kembali bola ke pemain bertahan seperti semula.- Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 15.- Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
--	--	--

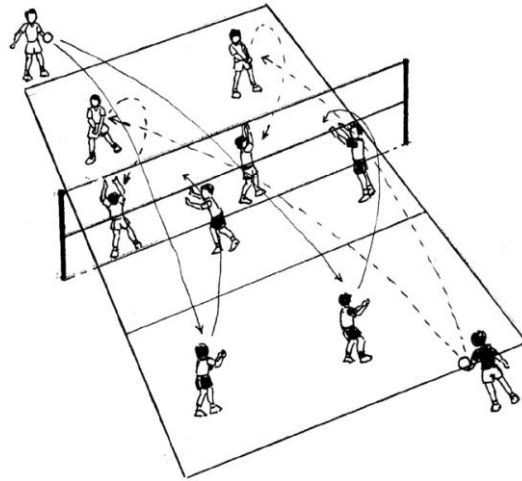
<p>• Mengajar Pemahaman</p>	<p>15 menit</p>	<div data-bbox="799 220 1269 688" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="751 724 1386 831">Gambar Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 2 vs 2 pada lapangan sendiri</p> <div data-bbox="799 888 1269 1360" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="751 1388 1386 1495">Gambar Pasing bawah tepat ke posisi pengumpan dengan formasi 3 vs 3 pada lapangan sendiri.</p> <p data-bbox="751 1535 1386 1608">Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa.</p> <ul data-bbox="751 1612 1386 1864" style="list-style-type: none"> • Mempersiapkan serangan: <ul style="list-style-type: none"> - Apakah anda dapat mempersiapkan serangan ? jika “ya” mengapa ?, dan jika ”tidak” mengapa ? - Apa yang pertama dibutuhkan pengumpan agar dapat mengumpankan bola ke penyerang ?
-----------------------------	-----------------	--

<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Pasing bawah dalam permainan bolavoli <ul style="list-style-type: none"> - Kemana anda harus pasing bawah ? - Bagaimana penampilan pasing bawah anda ? <p>Guru kemudian menjelaskan prinsip-prinsip membangun serangan dan fungsi pasing bawah dalam permainan bolavoli.</p> <p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>pasing bawah tepat ke posisi pengumpan.</i> <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik dasar pasing bawah di arahkan ke pengumpan untuk membangun serangan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru harus mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya. Siswa memiliki asumsi bahwa arah bola dari pasing bawah harus melambung ke pengumpan. Bagaimana mempersiapkan sebuah serangan dan fungsi pasing bawah dalam permainan bolavoli ?</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Kembali ke bentuk permainan 	10 menit	<p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Penutup 	5 menit	<p>Guru menjelaskan kembali konsep mempersiapkan serangan dan fungsi pasing bawah dalam permainan bolavoli.</p>

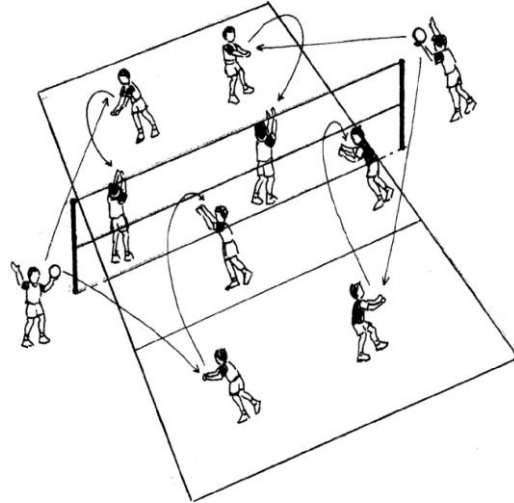
PERTEMUAN 2

- Tujuan : Siswa mampu melakukan umpan bola untuk membangun serangan dalam permainan bolavoli.
- Masalah Taktik : Persiapan Serangan
- Konsep Taktik : Persiapan mengumpan untuk melakukan serangan
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>1. Pasing bawah untuk diumpankan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Penerimaan servis dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 2 vs 2 <ul style="list-style-type: none"> - Bola di servis mudah oleh pelatih diarahkan ke pemain bertahan - Pemain bertahan menerima bola hasil servis dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan di posisi daerah serang - Pengumpan menerima bola dengan pasing atas tanpa diumpankan ke spiker - Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan servis oleh pelatih. - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi

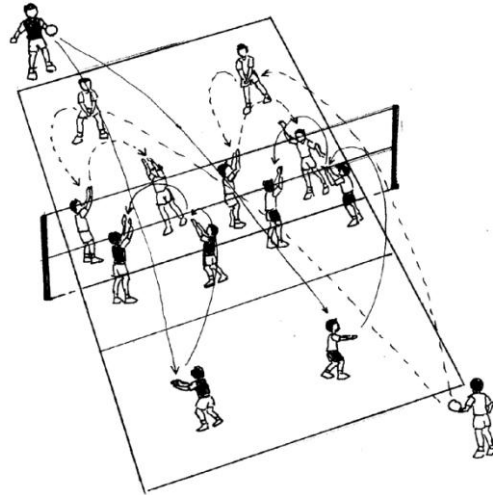


- Penerimaan serangan dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 2 vs 2
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas tanpa diumpankan ke spiker
 - Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi

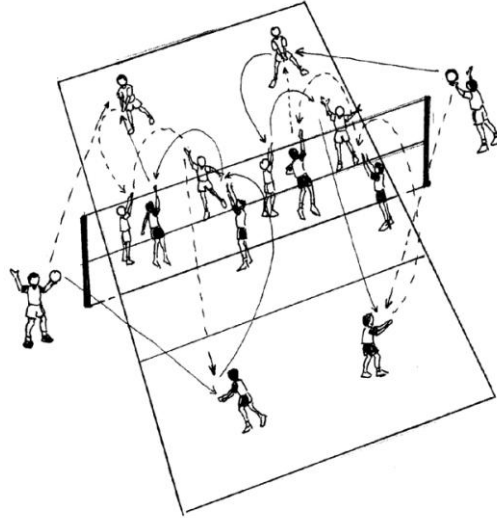


2. Persiapan mengumpan dalam permainan bolavoli:

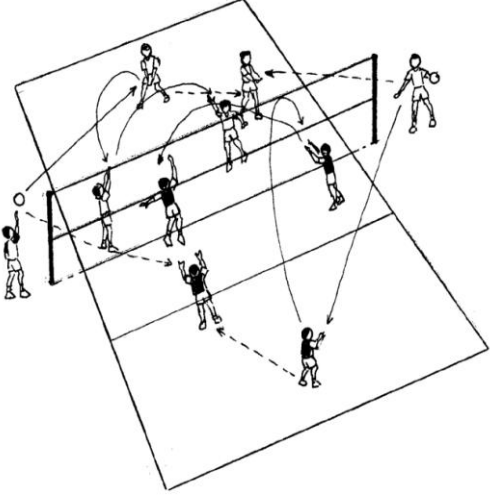
- Penerimaan servis dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3
 - Bola di servis mudah oleh pelatih diarahkan ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola hasil servis dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan di posisi daerah serang
 - Pengumpan menerima bola dengan pasing atas diumpankan ke spiker
 - Spiker memukul bola diarahkan ke pemain bertahan lawan
 - Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan servis oleh pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Penerimaan serangan dengan pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas diumpankan ke spiker
 - Spiker melakukan pukulan serangan ke lapangan lawan
 - Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Menjaga/cover serangan tim sendiri melalui pasing bawah diarahkan tepat ke posisi pengumpan melalui permainan 3 vs 3.
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas diumpankan ke spiker
 - Spiker melakukan serangan ke lapangan lawan
 - Ketika spiker melakukan serangan, pemain bertahan bergerak dengan cepat ke depan untuk menjaga bola spike tim sendiri
 - Lakukan secara berulang-ulang dan ditandingkan dengan regu lainnya sampai skor 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi

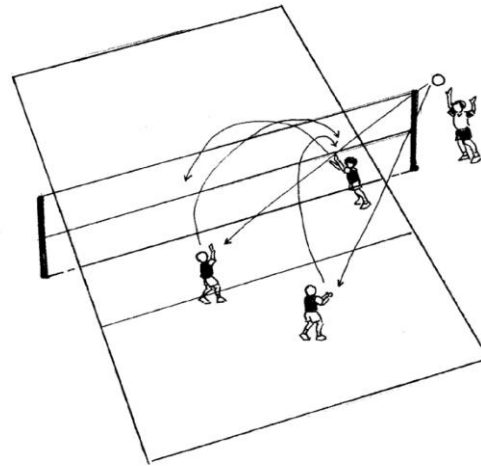
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kemana bola hasil pasing bawah diarahkan ? 2. Harus bagaimana pengumpan ketika bola datang dari pasing bawah teman sergunya ? Apa yang harus dilakukan oleh pengumpan ? 3. Bagaimana pengumpan melakukan aksi mengumpankan bola ke penyerang ? 4. Apa peran pengumpan dalam permainan ?
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain : <u>Pengulangan 1. Menerima servis bola cepat.</u> Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan sikap pasing bawah ketika menerima servis apabila jalannya bola cepat. Siswa melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru dan dilakukan secara berulang-ulang. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa yang melakukan kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan dalam berpikir kritis, melalui kemampuan siswa dalam mengasumsikan bahwa penerimaan servis bola cepat harus dilakukan dengan teknik pasing bawah pada penjagaan rendah.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Kembali ke bentuk permainan • Penutup 	<p>10 menit</p> <p>5 menit</p>	<p><u>Pengulangan 2. Aksi pengumpan untuk bola yang sulit.</u> Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan pengumpan ketika arah bola yang datang dari pasing bawah tidak tepat ke pengumpan. Siswa memperhatikan dan kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Setiap siswa melakukan gerakan yang salah guru cepat mengoreksi. Siswa diarahkan kepada pengembangan berpikir kritis, sehingga mereka mampu memberikan asumsi mengapa harus melakukan gerakan begini atau begitu ?</p> <p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p> <p>Guru menjelaskan kembali konsep mempersiapkan serangan, fungsi pasing bawah dan pengumpan dalam permainan bolavoli.</p>
--	--------------------------------	---

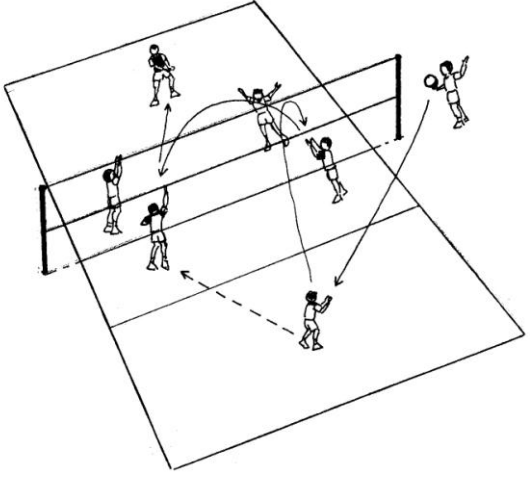
PERTEMUAN 3

- Tujuan : Siswa mampu melakukan perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang untuk memperoleh angka dalam permainan bolavoli
- Masalah Taktik : Memenangkan Angka
- Konsep Taktik : Perubahan peran ke penyerang dalam permainan bolavoli
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
<ul style="list-style-type: none"> • Pemanasan 	10 menit	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
<ul style="list-style-type: none"> • Bentuk Permainan 	40 menit	<p>Perubahan peran ke penyerang dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang dengan formasi segi tiga. <ul style="list-style-type: none"> - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan untuk di spike di daerah serang oleh pemain bertahan pemberi bola sebelumnya - Pemain bertahan setelah menerima bola dari pukulan pelatih, kemudian bergerak ke daerah serang untuk menjadi spiker - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih. - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang dengan formasi permainan 3 vs 3.
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan untuk di spike di daerah serang oleh pemain bertahan pemberi bola sebelumnya
 - Pemain bertahan setelah menerima bola dari pukulan pelatih, kemudian bergerak ke daerah serang untuk menjadi spiker
 - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi

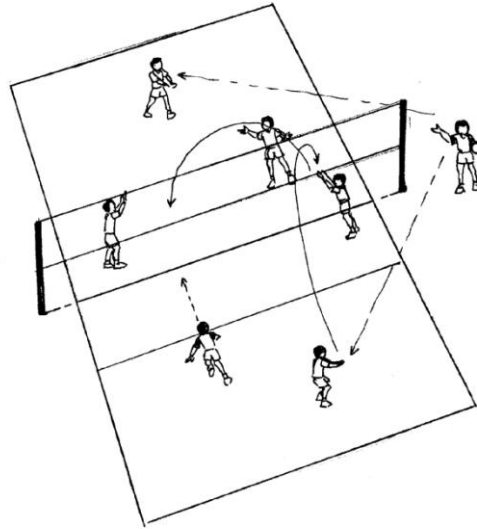
		
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang menjadi tujuan permainan ? • Apa yang kalian persiapkan jika tim seragu sudah memainkan bola dua kali ? • Aksi apa lagi yang harus dilakukan oleh pemain pasing setelah melakukan pasing bawah ? • Bagaimana kalian melakukan serangan ? • Mengapa pemain pasing harus melakukan serangan/spike ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip membangun serangan, fungsi umpan dan pasing bawah</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Pasing bawah dalam berbagai situasi kemudian melakukan serangan.</i> • <i>Menvariasikan bentuk-bentuk dan situasi serangan</i> <p>Guru menjelaskan bagaimana melakukan pasing bawah dan bentuk-bentuk serangan dalam berbagai situasi dan dalam berbagai posisi. Siswa memperhatikan dan kemudian melakukan aksi yang diperagakan oleh gurunya. Siswa selalu dirangsang untuk berpikir kritis melalui kreatifitas/inovasi</p>

<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	mereka dalam melakukan aksinya. Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.
<ul style="list-style-type: none">• Penutup	5 menit	Guru menjelaskan dan mengingatkan kembali konsep perubahan peran dari pemain pasing ke penyerang.

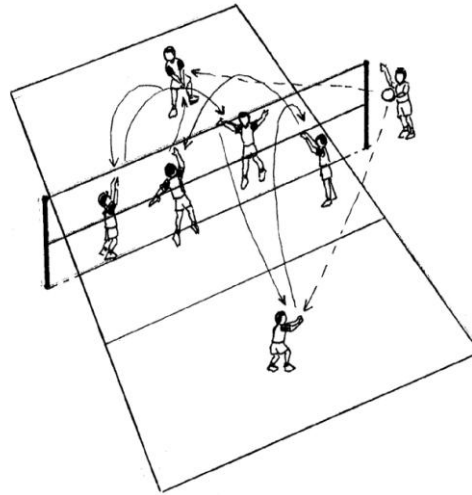
PERTEMUAN 4

- Tujuan : Siswa mampu melakukan ancang-ancang untuk melakukan serangan/spike permainan bolavoli
- Masalah Taktik : Memenangkan Angka
- Konsep Taktik : Pendekatan atau ancang-ancang untuk serangan (spike)
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

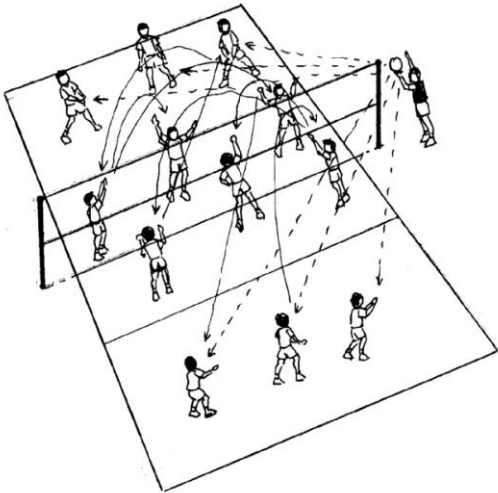
Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	Langkah-langkah untuk serangan dalam permainan bolavoli: <ul style="list-style-type: none"> • Ancang-ancang untuk serangan melalui spike dengan formasi permainan 3 vs 3. <ul style="list-style-type: none"> - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan - Pemain bertahan menerima bola dengan passing bawah diarahkan ke pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpankan untuk di spike di daerah serang oleh spiker yang sudah siap melakukan ancang-ancang - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih. - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Persiapan untuk menyerang dengan formasi permainan 3 vs 3
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan untuk di spike di daerah serang oleh spiker
 - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.
 - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Spike menyilang untuk variasi serangan dengan formasi permainan 6 vs 6
 - Bola di pukul oleh pelatih ke pemain bertahan
 - Pemain bertahan menerima bola dengan passing bawah diarahkan ke pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpangkan untuk di spike di daerah serang oleh spiker
 - Spiker memukul bola menyilang diarahkan kepada pemain bertahan lawan
 - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih.

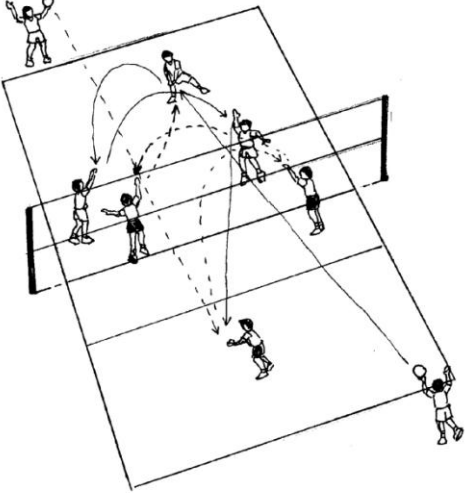
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bagaimana posisi dasar pemukul di depan net ? • Mengapa harus menghadap net ? • Apa yang harus dilakukan pemukul ketika bola dari lawan melewati net ? • Bagaimana pemukul mendekati bola untuk menyerang ? • Apa yang diinginkan saat kalian melakukan spike agar memperoleh angka ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip melakukan spike untuk membangun serangan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Persiapan Spike untuk berbagai posisi (4-3-2)</i> • <i>Persiapan Spike dengan berbagai variasinya</i> <p>Guru menjelaskan bagaimana ancang-ancang ketika akan melakukan spike untuk membangun serangan, baik dalam berbagai situasi maupun dalam berbagai posisi dan variasinya. Siswa memperhatikan dan</p>

<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan• Penutup	10 menit 5 menit	<p>kemudian melakukan aksi yang diperagakan oleh gurunya. Siswa selalu dirangsang untuk berpikir kritis melalui kreatifitas/inovasi mereka dalam melakukan aksinya.</p> <p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p> <p>Guru menjelaskan dan mengingatkan kembali konsep ancang-ancang untuk melakukan spike dalam rangka membangun suatu serangan dalam permainan bolavoli.</p>
---	-------------------------	---

PERTEMUAN 5

Tujuan	: Siswa mampu mengkombinasikan teknik pasing, umpan, spike dan block ke dalam permainan bolavoli.
Masalah Taktik	: Memenangkan Angka
Konsep Taktik	: Kombinasi pasing bawah, umpan, spike dan block untuk membangun serangan dalam permainan bolavoli.
Waktu	: 2 x 50 menit.
Sarana Prasarana	: - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi - 8 bolavoli - Net atau tambang karet - 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Persiapan untuk menyerang dalam permainan bolavoli: Mengkombinasikan latihan pasing, umpan, spike, dan blok dengan formasi permainan 3 vs 3.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bola di mulai dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan pasing bawah oleh pemain bertahan lawan - Bola dari pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan pukulan serangan ke arah lapangan lawan - Lawannya siap mem-blok serangan spike - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.

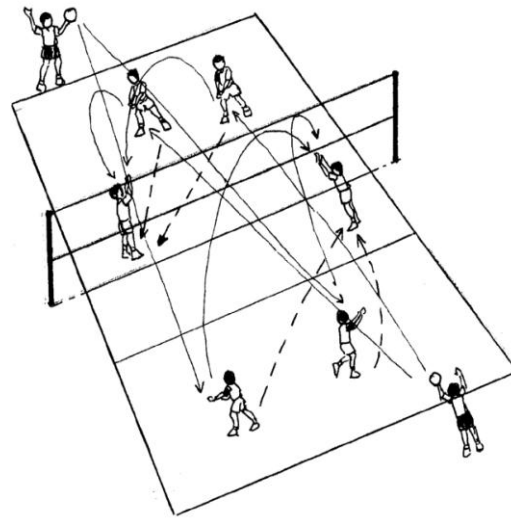
		<p>- Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi</p> 
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang menjadi tujuan permainan ini ? • Apa yang harus kalian siapkan jika bola melambung di sisi net lapangan lawan • Bagaimana kalian mempersiapkan spike ? • Apa yang diinginkan saat kalian melakukan spike agar memperoleh angka ? • Apa perbedaan tipe spike ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip passing bawah, umpan, spike, dan block ke dalam kombinasi permainan untuk membangun serangan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Mengkombinasikan kemampuan passing bawah, umpan dan spike.</i> • <i>Mengkombinasikan kemampuan passing bawah, umpan, spike dan block.</i> <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Kembali ke bentuk permainan • Penutup 	<p>10 menit</p> <p>5 menit</p>	<p>sistematika permainan dalam formasi antara pasing bawah, umpan, spike, dan block untuk membangun serangan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.</p> <p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p> <p>Guru menjelaskan dan mengingatkan kembali konsep kombinasi antara pasing bawah, umpan, spike dan block dalam rangka untuk mempersiapkan serangan dalam permainan bolavoli.</p>
--	--------------------------------	--

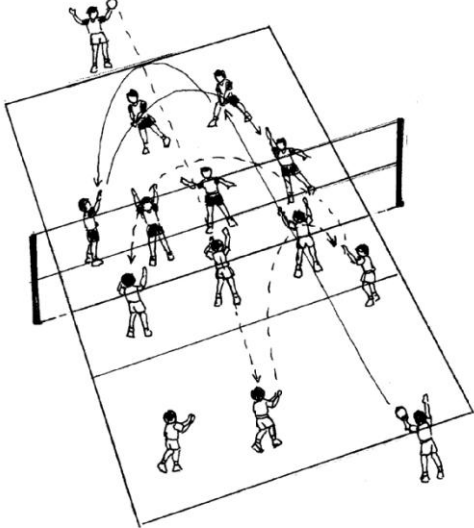
PERTEMUAN 6

Tujuan	: Siswa mampu melakukan teknik penerimaan servis dengan pasing bawah untuk mendukung serangan dalam permainan bolavoli.
Masalah Taktik	: Serangan Tim
Konsep Taktik	: Menerima servis untuk membangun serangan
Waktu	: 2 x 50 menit
Sarana Prasarana	: - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi - 8 bolavoli - Net atau tambang karet - 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Penerimaan servis oleh tim dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dua pemain menerima servis dengan pasing bawah untuk mendukung permainan berikutnya dengan formasi permainan 3 vs 3 <ul style="list-style-type: none"> - Bola di mulai dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan pasing bawah oleh pemain bertahan lawan (2 pemain bertahan) - Bola dari pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan kepada spiker. - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis. - Ukuran lapangan dan ketinggian net dimodifikasi



- Penerimaan servis dan perubahan posisi untuk menyerang dengan formasi permainan 6 vs 6
 - Bola di mulai dengan servis dari daerah servis
 - Bola hasil servis diterima dengan passing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan)
 - Bola dari pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang
 - Spiker melakukan pukulan serangan ke arah lapangan lawan
 - Lawannya siap mem-blok serangan spike
 - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.
 - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
 - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.

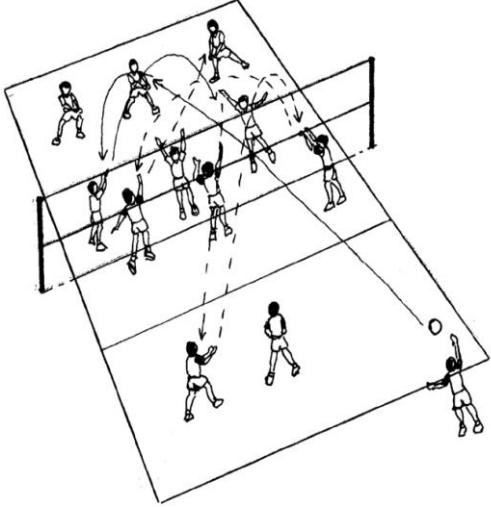
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	<p>15 menit</p>	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang dilakukan oleh para pemain saat regunya menerima servis ? • Bagaimana kalian menerima servis sebagai suatu bagian dari tim ? • Formasi apa yang terbaik untuk menyerang lawan ? • Mengapa tim kalian harus menggunakan formasi dalam menerima servis ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip penerimaan servis untuk membangun serangan.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	<p>20 menit</p>	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tiga pemain menerima servis bola cepat untuk membangun serangan dengan formasi 6 vs 6</i> • <i>Tiga pemain menerima servis bola mengambang untuk membangun serangan dengan formasi 6 vs 6.</i> <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara menerima servis bola cepat dan</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Kembali ke bentuk permainan • Penutup 	<p>10 menit</p> <p>5 menit</p>	<p>mengambang dengan berbagai posisi dan formasi untuk membangun serangan terhadap lawan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.</p> <p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p> <p>Guru menjelaskan dan mengingatkan kembali konsep penerimaan servis untuk membangun serangan tim dalam permainan bolavoli.</p>
--	--------------------------------	---

PERTEMUAN 7

Tujuan	: Siswa mampu melakukan kombinasi pasing bawah, umpan, dan spike untuk membangun serangan tim dalam permainan bolavoli.
Masalah Taktik	: Serangan Tim
Konsep Taktik	: Kombinasi pasing bawah, umpan, dan menyerang.
Waktu	: 2 x 50 menit
Sarana Prasarana	: - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi - 8 bolavoli - Net atau tambang karet - 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Kombinasi pasing-umpan-serang: Penerimaan servis dan persiapan untuk menyerang dengan formasi permainan 6 vs 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bola di mulai dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan pasing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan) - Bola dari pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan pukulan serangan ke arah lapangan lawan - Lawannya siap mem-blok serangan spike - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.

		
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formasi apa yang terbaik untuk menyerang lawan ? • Mengapa tim kalian harus menggunakan formasi ketika menerima servis ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip penerimaan servis dan persiapan untuk menyerang dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formasi penerimaan servis untuk bola-bola yang cepat • Formasi penerimaan servis untuk bola-bola yang mengambang dan lambat. <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan pola-pola penerimaan servis untuk bola cepat dan mengambang dalam berbagai posisi dan formasi untuk membangun serangan terhadap lawan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru</p>

<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan• Penutup	10 menit 5 menit	<p>mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.</p> <p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p> <p>Guru menjelaskan dan mengingatkan kembali konsep formasi penerimaan servis untuk membangun serangan tim dalam permainan bolavoli.</p>
---	-------------------------	--

PERTEMUAN 8

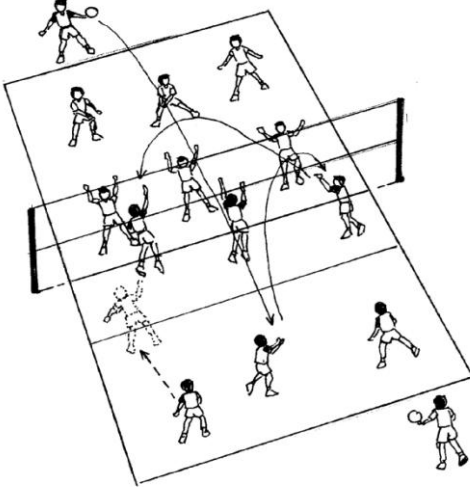
- Tujuan : Mengetahui kemampuan pemahaman dan keterampilan bermain bolavoli para siswa.
- Materi Perkuliahan : Ujian Tengah Semester (UTS)
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 2 lapangan bolavoli
 - 8 bolavoli
 - 2 Net
 - 2 pasang tiang
 - Stopwatch
 - Peluit
 - Format penilaian

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan peregangan dinamis.
• Bentuk Tes	80 menit	1. Keterampilan permainan bolavoli melalui statistik bermain. 2. Kemampuan dalam membuat keputusan taktis dan eksekusi keterampilan.
• Penutup	10 menit	Menjelaskan hasil tes para siswa dan menjelaskan kembali konsep pemahaman taktis dalam permainan bolavoli

PERTEMUAN 9

Tujuan	: Siswa mampu melakukan umpan dan cover spike untuk melakukan serangan balik kepada lawan dalam permainan bolavoli.
Masalah Taktik	: Serangan Tim
Konsep Taktik	: Permainan umpan dan cover spike dalam permainan bolavoli
Waktu	: 2 x 50 menit
Sarana Prasarana	: - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi - 8 bolavoli - Net atau tambang karet - 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Serangan balik dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan umpan dan cover serangan/spike dengan formasi permainan 6 vs 6. <ul style="list-style-type: none"> - Bola di mulai dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan passing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan) - Bola dari pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan pukulan serangan ke arah lapangan lawan - Lawannya siap mem-blok serangan spike - Pemain bertahan bergerak ke depan ketika spiker melakukan aksinya, berada di posisi belakang spiker untuk menjaga bola spike yang kembali lagi karena kena blok lawan. - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola

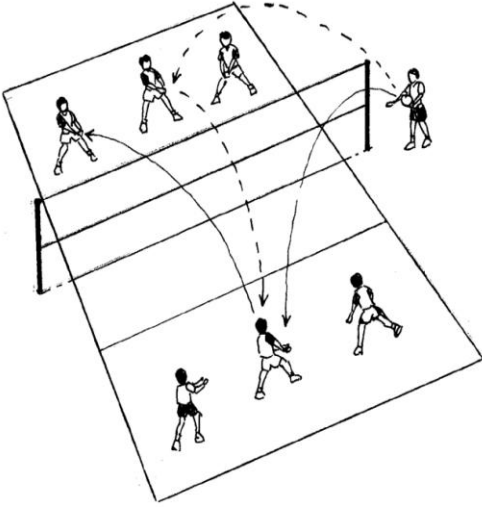
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.</p>  <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang harus dilakukan tim untuk menutup spiker dari block lawan ? • Ketika tim sendiri lagi menyerang pemain bertahan harus berada di posisi mana ? • Apa yang harus dilakukan pengumpan setelah mengumpan ke spiker ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip permainan umpan dan cover serangan/spike dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan umpan dan cover serangan/spike dengan formasi permainan 4 vs 4. • Permainan umpan - spike – block – cover spike 3 lawan 3. <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara mengumpan ke spiker dan formasi cover spike untuk melakukan serangan balik terhadap lawan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh</p>

		<p>guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	<p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Penutup	5 menit	<p>Guru menjelaskan kembali konsep Permainan umpan dan cover serangan/spike dalam permainan bolavoli.</p>

PERTEMUAN 10

- Tujuan : Siswa mampu melakukan pertahanan area permainan bolavoli.
 Masalah Taktik : Pertahanan Area
 Konsep Taktik : Pertahanan dari bola yang dilambung dalam permainan bolavoli
 Waktu : 2 x 50 menit
 Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
 - 8 bolavoli
 - Net atau tambang karet
 - 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Pertahanan dari bola yang dilambung dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pertahanan dari bola yang melambung, posisi dasar dan gerak persiapan dengan formasi permainan 3 vs 3. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali oleh lambungan bola dari pelatih ke pemain bertahan - Pemain bertahan menerima bola dengan pasing bawah disebrangkan melewati net ke lapangan lawan (3 pemain bertahan) - Pemain bertahan lawan pun sama menyebrangkan kembali bola dengan pasing bawah - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan lambungan bola dari pelatih di pinggir lapangan.

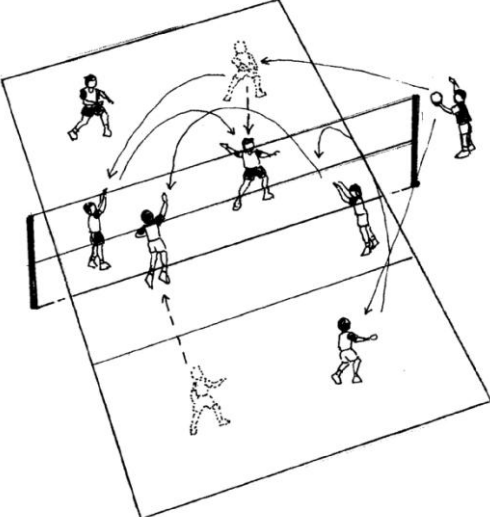
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	<p>15 menit</p>	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa tujuan permainan ini ? • Teknik apa yang baik digunakan untuk menerima bola lambung ? • Kemana pemain bertahan mengarahkan bola ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip pertahanan dari bola yang dilambung dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	<p>20 menit</p>	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan bertahan dengan formasi 3 vs 3. • Menerima bola lambungan dengan bentuk yang bervariasi dilakukan melalui permainan pasing bawah 3 vs 3. <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara menerima bola lambungan untuk membangun serangan terhadap lawan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui</p>

<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan• Penutup	10 menit 5 menit	rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya. Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula. Guru menjelaskan kembali konsep Permainan bertahan dari bola lambungan dalam permainan bolavoli.
---	-------------------------	---

PERTEMUAN 11

- Tujuan : Siswa mampu melakukan posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan dalam permainan bolavoli
- Masalah Taktik : Pertahanan Area
- Konsep Taktik : Posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan
- Waktu : 2 x 50 menit.
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pertahanan dari bola yang menukik dan gerak persiapan dengan formasi permainan 3 vs 3. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali oleh pukulan bola yang menukik dari pelatih ke pemain bertahan - Pemain bertahan menerima bola dengan passing bawah diarahkan ke pengumpan (2 pemain bertahan) - Pengumpan mengumpankan bola kepada spiker - Pemain spiker adalah pemain bertahan yang sebelumnya berada siap di daerah pertahanan. - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola dari pelatih di pinggir lapangan.

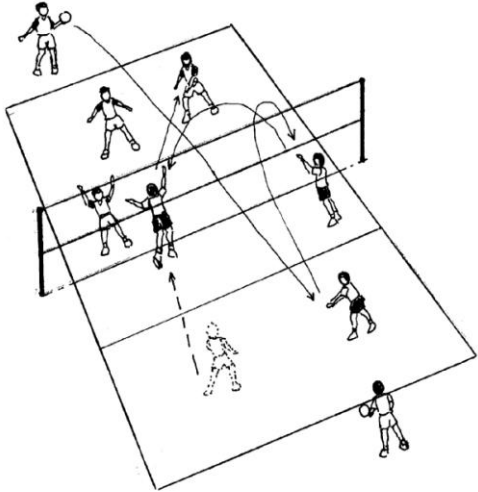
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	<p>15 menit</p>	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa tujuan permainan ini ? • Kemana pemain bertahan bergerak setelah melakukan passing bawah ? • Kemana pemain bertahan mengarahkan bola ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip Posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	<p>20 menit</p>	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permainan saling serang dan bertahan dengan formasi 3 vs 3. <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan dari serangan lawan. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada</p>

		kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.
• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.
• Penutup	5 menit	Guru menjelaskan kembali konsep posisi dasar dan gerak persiapan pertahanan dari serangan lawan dalam permainan bolavoli.

PERTEMUAN 12

- Tujuan : Siswa mampu melakukan teknik menerima bola yang menukik (diging) dalam permainan bolavoli.
- Masalah Taktik : Pertahanan dari Serangan
- Konsep Taktik : Teknik menerima bola yang menukik
- Waktu : 2 x 50 menit.
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (diging) dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 3 vs 3. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan passing bawah oleh pemain bertahan lawan (2 pemain bertahan) - Bola yang diterima oleh salah seorang pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Yang menjadi Spiker adalah pemain bertahan yang tidak menerima bola servis - Spiker melakukan serangan ke arah lapangan lawannya - 2 orang pemain bertahan siap menerima bola spike, sedang pengumpan men-blok serangan lawan - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau

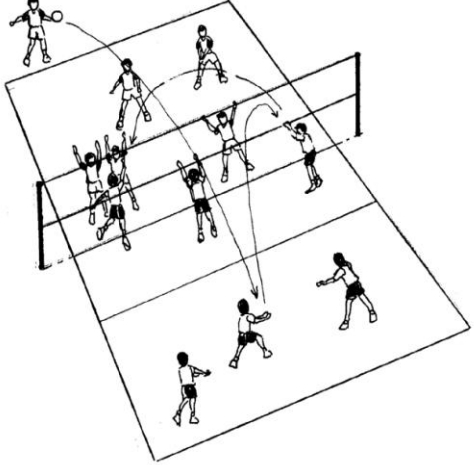
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>tidak dapat diterima</p> <ul style="list-style-type: none"> - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.  <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang harus dilakukan oleh pemain belakang/bertahan ketika bola datang menukik keras ? • Bagaimana kalian dapat melakukan dig dari bola yang dipukul/spike tajam ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Latihan digging formasi segitiga 3 vs 3 <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli. Seluruh siswa</p>

		memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.
• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.
• Penutup	5 menit	Guru menjelaskan kembali konsep teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli.

PERTEMUAN 13

- Tujuan : Siswa mampu melakukan teknik menerima bola yang menukik (diging) dalam permainan bolavoli.
- Masalah Taktik : Pertahanan dari Serangan
- Konsep Taktik : Teknik menerima bola yang menukik
- Waktu : 2 x 50 menit.
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	Latihan menerima pukulan bola yang tajam atau menukik dalam permainan bolavoli: <ul style="list-style-type: none"> • Teknik menerima bola yang tajam atau menukik (dig) dengan formasi permainan 6 vs 6. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan passing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan) - Bola yang diterima oleh salah seorang pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan serangan ke arah lapangan lawannya - Dua pemain lawan, pengumpan dan spiker membendung serangan spike - Empat pemain lainnya menjadi pemain bertahan - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima

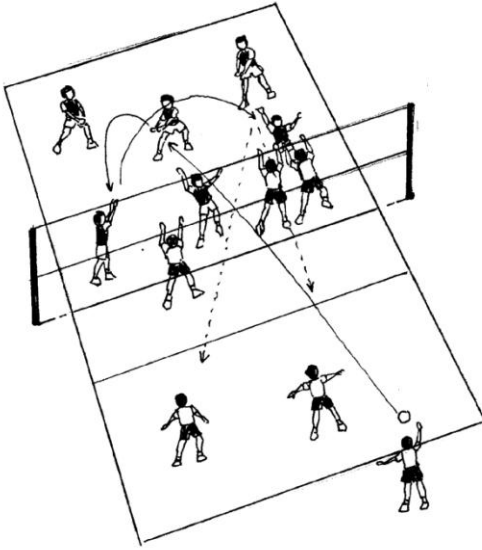
		<p>- Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.</p> 
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	<p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang harus dilakukan oleh pemain belakang/bertahan ketika bola datang menukik keras ? • Bagaimana kalian dapat melakukan dig dari bola yang dipukul/spike tajam ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Latihan digging formasi 6 vs 6 <p>Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu</p>

		<p>mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	<p>Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.</p>
<ul style="list-style-type: none">• Penutup	5 menit	<p>Guru menjelaskan kembali konsep teknik menerima bola yang menukik dalam permainan bolavoli.</p>

PERTEMUAN 14

- Tujuan : Siswa mampu melakukan posisi pertahanan dalam permainan bolavoli.
- Masalah Taktik : Pertahanan Tim
- Konsep Taktik : Posisi pertahanan dari serangan
- Waktu : 2 x 50 menit.
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Posisi pertahanan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi pertahanan tim dari serangan dengan formasi permainan 6 vs 6. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan pasing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan) - Bola yang diterima oleh salah seorang pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpangkan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan serangan ke arah lapangan lawannya - Dua pemain lawan, pengumpan dan spiker membendung serangan spike - Empat pemain lainnya menjadi pemain bertahan - Pemain bertahan memosisikan diri pada daerah pertahanan yang kosong - Pemain bertahan berusaha mengembalikan bola agar dapat membangun serangan kembali - Lakukan secara bergantian dan

		<p>berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang dilakukan tim untuk menahan serangan lawan ? • Formasi yang bagaimana yang efektif untuk mengantisipasi serangan lawan ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip posisi pertahanan tim dari serangan lawan dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Latihan menerima serangan; membendung-dig-umpan-memukul dengan formasi 6 vs 6. Dilakukan tiga sampai empat kali percobaan kemudian

		rotasi.
		Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan cara-cara teknik menerima serangan; membendung-dig-umpan-memukul dalam permainan bolavoli. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.
• Kembali ke bentuk permainan	10 menit	Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.
• Penutup	5 menit	Guru menjelaskan kembali konsep teknik menerima serangan; membendung-dig-umpan-memukul dalam permainan bolavoli.

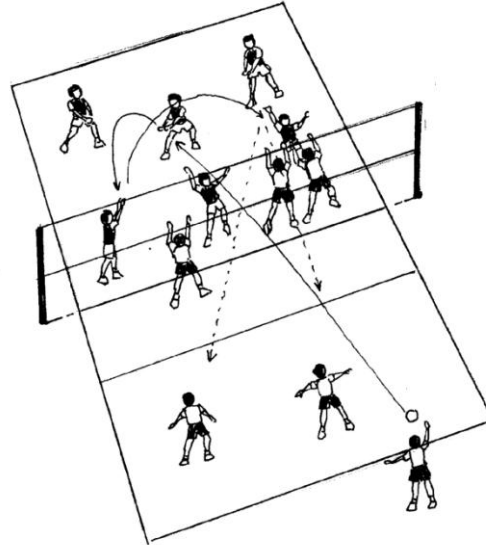
PERTEMUAN 15

- Tujuan : Siswa mampu melakukan kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli.
- Masalah Taktik : Pertahanan Tim
- Konsep Taktik : Kombinasi pertahanan untuk serangan
- Waktu : 2 x 50 menit.
- Sarana Prasarana : - 4 lapangan bolavoli yang dimodifikasi
- 8 bolavoli
- Net atau tambang karet
- 4 pasang tiang yang dimodifikasi

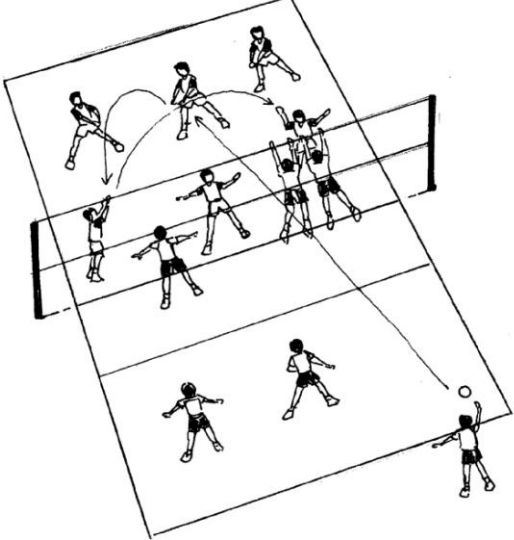
Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	• Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan melakukan permainan berlari (seperti kucing-kucingan, dsb.)
• Bentuk Permainan	40 menit	<p>Kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posisi pertahanan tim dari serangan dengan formasi permainan 6 vs 6. <ul style="list-style-type: none"> - Permainan diawali dengan servis dari daerah servis - Bola hasil servis diterima dengan passing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan) - Bola yang diterima oleh salah seorang pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan passing atas dan diumpangkan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang - Spiker melakukan serangan ke arah lapangan lawannya - Dua pemain lawan, pengumpan dan spiker membendung serangan spike - Empat pemain lainnya menjadi pemain bertahan - Pemain bertahan memposisikan diri pada daerah pertahanan yang kosong - Pemain bertahan berusaha mengembalikan bola agar dapat membangun serangan kembali - Lakukan secara bergantian dan

berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25.

- Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima
- Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.



- Permainan kombinasi serangan dan pertahanan dengan formasi 6 vs 6
 - Permainan diawali dengan servis dari daerah servis
 - Bola hasil servis diterima dengan pasing bawah oleh pemain bertahan lawan (3 pemain bertahan)
 - Bola yang diterima oleh salah seorang pemain bertahan diarahkan kepada pengumpan
 - Pengumpan menerima bola dari pemain bertahan dengan pasing atas dan diumpankan kepada spiker yang sudah siap di daerah serang
 - Spiker melakukan serangan ke arah lapangan lawannya
 - Dua pemain lawan, pengumpan dan spiker membendung serangan spike
 - Empat pemain lainnya menjadi pemain bertahan
 - Pemain bertahan berusaha mengembalikan bola agar dapat membangun serangan kembali

		<ul style="list-style-type: none"> - Lakukan secara bergantian dan berulang-ulang ditandingkan dengan tim lawan sampai skor 15 atau 25. - Bola dianggap mati apabila bola jatuh atau tidak dapat diterima - Setiap permulaan permainan setelah bola mati di mulai kembali dengan pukulan bola servis di daerah servis.
<ul style="list-style-type: none"> • Mengajar Pemahaman 	15 menit	 <p>Guru menghentikan permainan dan memberikan beberapa pertanyaan kepada siswa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apa yang dilakukan tim untuk menahan serangan lawan ? • Formasi yang bagaimana untuk melakukan serangan balik kepada lawan ? <p>Setelah seluruh pertanyaan dapat dijawab oleh para siswa, kemudian guru menjelaskan prinsip-prinsip kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Pengulangan untuk pengembangan keterampilan 	20 menit	<p>Untuk mengembangkan keterampilan para siswa dilakukan beberapa kali pengulangan. Pengulangan-pengulangannya antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Latihan servis-menerima servis-umpan-menyarang-membendung-dig-umpan-serangan balik dengan formasi 6 vs 6. Dilakukan tiga sampai empat kali

		percobaan kemudian rotasi.
		Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli. Seluruh siswa memperhatikan penjelasan dan demonstrasi guru, kemudian melakukan gerakan yang dicontohkan oleh guru. Guru selalu mengoreksi setiap gerakan siswa apabila ada kesalahan. Guru mengarahkan siswa kepada kemampuan berpikir kritis melalui rangsangan terhadap kemampuan siswa dalam berargumentasi tentang gerakan yang dilakukannya.
<ul style="list-style-type: none"> • Kembali ke bentuk permainan 	10 menit	Para siswa kembali bermain bolavoli dengan pola-pola permainan seperti semula.
<ul style="list-style-type: none"> • Penutup 	5 menit	Guru menjelaskan kembali konsep Kombinasi pertahanan untuk melakukan serangan dalam permainan bolavoli.

PERTEMUAN 16

- Tujuan : Mengetahui kemampuan pemahaman dan keterampilan bermain bolavoli para siswa.
- Materi Perkuliahan : Ujian Akhir Semester (UAS)
- Waktu : 2 x 50 menit
- Sarana Prasarana : - 2 lapangan bolavoli
 - 8 bolavoli
 - 2 Net
 - 2 pasang tiang
 - Stopwatch
 - Peluit
 - Format penilaian

Bagian Pertemuan	Waktu	Deskripsi
• Pemanasan	10 menit	Siswa melakukan peregangan statik dan kemudian dilanjutkan dengan peregangan dinamis.
• Bentuk Tes	80 menit	1. Keterampilan permainan bolavoli melalui statistik bermain. 2. Kemampuan dalam membuat keputusan taktis dan eksekusi keterampilan.
• Penutup	10 menit	Menjelaskan hasil tes para siswa dan menjelaskan kembali konsep pemahaman taktis dalam permainan bolavoli