

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli Maret 2010 Semester I - 32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 1

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memperagakan gerak dasar pada permainan bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu memperagakan gerakan dasar dengan kaki secara lokomotor dan gerak dasar dengan tangan secara lokomotor

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Gerakan dasar dengan kaki secara lokomotor dan gerak dasar dengan tangan secara lokomotor

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
		Waktu			
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			
	Berdoa				
	Presensi mahasiswa				
	b. Penjelasan materi		Ceramah		
	secara singkat dan				
	apersepsi				
	c. Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a. Mahasiswa	80 menit	Demonstrasi	Peluit	
(INTI)	mempraktikkan		Komando	Stop-	
	gerakan dasar		Evaluasi scr	watch	
	dengan kaki secara		langsung		
	lokomotor				
	b. Mahasiswa				
	mempraktikkan				
	gerak dasar dengan				
	tangan secara				
	lokomotor				
PENUTUP	a. Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b. Membariskan dan		Tanya jawab		
	memberikan				
	kesimpulan				
	evaluasi				
	perkuliahan				
	c. Berdoa dan				

	membubarkan perkuliahan praktik		
TINDAK LANJUT			

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

THE TOTAL THE

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN							
τ	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA						
	RPP keterampilan dasar bolavoli						
Maret 2010							
Semester I	-	32 X Pertemuan					

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 2

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memperagakan gerak dasar pada permainan bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu memperagakan kombinasi gerak dasar yang melibatkan gerakan kaki dan tangan secara lokomotor dengan maupun tanpa bola bolavoli

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : kombinasi gerak dasar yang melibatkan gerakan kaki dan tangan secara lokomotor dengan maupun tanpa bola bolavoli.

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			
	Berdoa				
	Presensi mahasiswa				
	b. Penjelasan materi		Ceramah		
	secara singkat dan				

	apersepsi			
	c. Pemanasan		Komando	
PENYAJIAN (INTI)	a. Mahasiswa mempraktikkan gerakrakan- gerakan kombinasi gerak dasar yang melibatkan gerakan kaki dan tangan secara lokomotor tanpa bola bolavoli b. Mahasiswa mempraktikkan gerakrakan- gerakan kombinasi gerak dasar yang melibatkan gerakan kaki dan tangan secara lokomotor dengan bola bolavoli	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Peluit Stop- watch
PENUTUP	a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab	
TINDAK LANJUT				

к	efere	nsı

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

		Maret 2010	
Semester I	-		32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 3

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memperagakan gerak dasar

pada permainan bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu memperagakan gerak dasar

meluncur dan mengguling

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Gerak dasar meluncur dan mengguling

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			
TENDAMOLUAN	Berdoa	10 memi			
	Presensi mahasiswa		G 1		
	b. Penjelasan materi		Ceramah		
	secara singkat dan				
	apersepsi				
	c. Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a. Mahasiswa	80 menit	Demonstrasi	Peluit	
(INTI)	memperagakan		Komando	Stop-	
	gerak dasar		Evaluasi scr	watch	
	meluncur		langsung		
	b. Mahasiswa		8 8		
	memperagakan				
	gerak dasar				
	mengguling				
PENUTUP	a. Pendinginan	10 menit	Ceramah		
FENUTUR	_	10 memi			
	b. Membariskan dan		Tanya jawab		
	memberikan				
	kesimpulan				
	evaluasi				
	perkuliahan				
	c. Berdoa dan				

	membubarkan perkuliahan praktik		
TINDAK			
LANJUT			

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN							
τ	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA						
	RPP keterampilan dasar bolavoli						
Maret 2010							
Semester I	-	32 X Pertemuan					

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 4

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing bawah terima service fload dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap tangan dan lengan yang benar saat

melakukan passing bawah

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pembentukan bentuk tangan dan lengan saat

malaksanakan pasaing bawah

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa	10 menit			
	b.	Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi		Ceramah		

	c. Pemanasan		Komando	
PENYAJIAN	a. Mahasiswa secar	a 80 menit	Demonstrasi	Bolavoli
(INTI)	berpasangan		Komando	Peluit
	mempraktikkan		Evaluasi scr	Stop-
	teknik passin	g	langsung	watch
	bawah: sebelur	n		
	passing tanga	ı		
	menyentuh lantai			
	b. Mahasiswa			
	memperagakan			
	teknik dasar passin	3		
	bawah ke tembok			
	c. Mahasiswa			
	memperagakan			
	teknik dasar passin			
	bawah secar			
	berpasangan denga	n		
DELVI VIII VID	jarak 3 meter	10	G 1	
PENUTUP	a. Pendinginan	10 menit	Ceramah	
	b. Membariskan dan		Tanya jawab	
	memberikan			
	kesimpulan evaluasi			
	perkuliahan c. Berdoa dan			
	c. Berdoa dan membubarkan			
TINDAK	perkuliahan praktik			
LANJUT				
LANUUI				

Referen	ci.
Keleleli	SI

Dosen

Nama:

NIP.

_	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
OF LISUS VILVE OF LINE	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
			Maret 2010			
	Semester I		-	32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 5

1. Fakultas/Program Studi : FIK/PKO

2. Mata Kuliah/Kode : PBV 301

SKS
 Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
 Semester dan Waktu
 Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing bawah terima service fload dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap tangan, lengan dan kaki yang benar saat

melakukan passing bawah

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing bawah diawali gerak ke depan

8. Kegiatan Perkuliahan :

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. b.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi Pemanasan	10 menit	Ceramah Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. b.	Drill pasing bawah dengan diawali gerakan maju ke depan dengan tangan lengan lurus ke bawah Passing bawah secara berkelompok dengan sirkulasi inter-kelompok Passing bawah secara berkelompok dengan sirkulasi antar-kelompok	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT						

9. Evaluasi

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

~	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
THE STATE OF THE S	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
			Maret 2010			
	Semester I			32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 6

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing bawah terima service fload dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap tangan, lengan dan kaki yang benar saat

melakukan passing bawah

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing bawah diawali gerak ke samping kanan

dan samping kiri

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Drill pasing bawah	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		dengan diawali		Komando	Peluit	
		gerakan maju ke		Evaluasi scr	Stop-	
		samping kanan		langsung	watch	
		dengan tangan				
		lengan lurus ke				
		bawah				
	b.	Drill pasing bawah				
		dengan diawali				
		gerakan maju ke				
		samping kiri dengan				

	tangan lengan lurus ke bawah (jarak drill mak 9 meter)			
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik 	10 menit	Ceramah Tanya jawab	
TINDAK LANJUT	<u> </u>			

\mathbf{r}		r		
ĸ	Δ 1	Δ1	r_{Δ}	nsi
1/	u			пот

Dosen

Nama: NIP.

GERY TO CYAK		FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAA UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKAR	
		RPP keterampilan dasar bolavoli	
₹ ₁ , 0, 1, 4 1, 5		Maret 2010	
	Semester I	-	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 7

32 X Pertemuan

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan passing bawah terima service fload dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap tangan, lengan dan kaki yang benar saat

melakukan passing bawah

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing bawah diawali gerak ke samping kanan

dan samping kiri

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
PENYAJIAN (INTI)	a. Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa b. Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi c. Pemanasan a. Drill pasing bawah dengan diawali gerakan maju ke samping kanan dengan lurus ke bawah b. Drill pasing bawah dengan diawali gerakan maju ke samping kanan lengan lurus ke bawah b. Drill pasing bawah dengan diawali gerakan maju ke samping kiri dengan tangan lengan lurus ke bawah (jarak drill 18 meter dengan service bola fload)	Waktu 10 menit 80 menit	Ceramah Komando Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT					

\mathbf{r}		•		
v	ച	4	en	CI
1/	U.	u	\mathbf{u}	ıы

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

	•		
		Maret 2010	
Semester I	-	•	32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 8

10. Fakultas/Program Studi : FIK/PKO 11. Mata Kuliah/Kode : PBV 301

12. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS 13. Semester dan Waktu : Sem. I Waktu 100 menit

14. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing bawah terima service fload dengan baik dan benar

15. Indikator Ketercapaian : Sikap tangan, lengan dan kaki yang benar saat

melakukan passing bawah

16. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing bawah diawali gerak ke depan baik

samping kanan maupun samping kiri

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Drill pasing bawah	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		dengan diawali		Komando	Net	
		gerakan maju ke		Evaluasi scr	Peluit	
		depan baik lurus,		langsung	Stop-	
		samping kanan			watch	
		maupun samping kiri				
		dengan tangan				
		lengan lurus ke				
		bawah untuk				
		menerima service				
		bola fload.				
		(jarak drill 18 meter				
		dengan service bola				
		fload dan arah bola				
		tidak tentu)				
	b.	Bermain dengan				

		passing bawah			
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah	
	b.	Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik		Tanya jawab	
TINDAK					
LANJUT					

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

THE GERY TO GO YAKA A TO THE	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
			Maret 2010			
	Semester I	Semester I -				

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 9

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. Semester dan Waktu : Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Bentuk jari-jari tangan yang baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pembentukan jari-jari tangan pada teknik dasar

passing atas

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			

	Berdoa Presensi mahasis b. Penjelasan mater secara singkat da apersepsi c. Pemanasan	i	Ceramah Komando		
PENYAJIAN	a. Passing atas	ke 80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)	tembok dengan ja sedekat mung dengan tembok		Komando Evaluasi scr langsung	Peluit Stop- watch	
	b. Passing atas der cara memar mantulkan bola lantai	ntul-			
	c. Passing atas ser di tempat der ketinggian bola meter	ngan			
	d. Passing atas ser di tempat der ketinggian bola meter	ngan			
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dar memberikan kesimpulan evalu perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan prakt 	asi	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT					

К	ei	tei	ren	lS1

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

		Maret 2010	
Semester I	-		32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 10

Fakultas/Program Studi
 Mata Kuliah/Kode
 : FIK/PKO
 : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap kaki saat melakukan passing atas yang baik

dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pembentukan sikap kaki pada teknik dasar passing

atas

8. Kegiatan Perkuliahan :

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa	10 menit			
	b.	Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi Pemanasan		Ceramah Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a.	Passing atas ditempat secara individual dengan sikap kaki yang benar Passing atas secara berpasangan dengan sirkulasi yang	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Peluit Stop- watch	
		diawali gerakan ke depan				
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
	C.	membubarkan perkuliahan praktik				
TINDAK LANJUT						

9. Evaluasi

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

THE CONTRACT OF THE PARTY OF TH	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
			Maret 2010			
	Semester I	-		32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 11

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap kaki dan tangan saat melakukan passing atas

yang baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pembentukan sikap kaki dan tangan pada teknik

dasar passing atas

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Passing atas secara	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		berpasangan diawali		Komando	Peluit	
		gerakan ke samping		Evaluasi scr	Stop-	
		kanan		langsung	watch	
	b.	Passing atas secara				
		berpasangan diawali				

	gerakan ke samping kiri			
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik 	10 menit	Ceramah Tanya jawab	
TINDAK LANJUT				

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

SNEGERIA	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
(TISHER)	RPP keterampilan dasar bolavoli				
INO. W. ALT			Maret 2010		
	Semester I		-	32 X Pertemuan	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 12

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap kaki dan tangan saat melakukan passing atas

yang baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Otomatisasi gerakan teknik dasar passing atas

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
		Waktu			

PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Passing atas secara	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		sirkulasi inter		Komando	Net	
		kelompok		Evaluasi scr	Peluit	
	b.	Passing atas secara		langsung	Stop-	
		sirkulasi inter			watch	
		kelompok				
	c.	Passing atas secara				
		sirkulasi inter				
		kelompok dengan				
		melewati net				
	d.	Passing atas secara				
		sirkulasi antar				
		kelompok dengan				
		melewati net				
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		
		memberikan				
		kesimpulan evaluasi				
		perkuliahan				
	c.	Berdoa dan				
		membubarkan				
	<u> </u>	perkuliahan praktik				
TINDAK						
LANJUT						

\mathbf{r}		•		
v	ച	4	en	CI
1/	U.	u	\mathbf{u}	ıы

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

		Maret 2010	
Semester I	-		32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 13

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap kaki dan tangan saat melakukan passing atas

ke belakang yang baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing atas ke belakang

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	b.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi Pemanasan	10 menit	Ceramah		
PENYAJIAN (INTI)	a. b.	Passing atas sekali setinggi 1 meter untuk kontrol dilanjutkan passing atas ke arah belakang Passing atas secara berpasangan dengan	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
		sekali control lalu dilanjutkan putar badan 180 derajat lalu dilanjutkan passing atas ke arah belakang				
PENUTUP	b. c.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK		perkuliahan praktik				

I ANIIIT			
LANJUI			
12 11 13 C 1			

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

<u> </u>	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN				
S NEGERI TO	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
		RPP keterampilan dasar bolavoli			
TAVO. UN. N. I.		Maret 2010			
	Semester I	-	32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 14

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

SKS
 Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
 Semester dan Waktu
 Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan passing atas dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap kaki dan tangan saat melakukan passing atas

ke belakang yang baik dan benar serta ketepatan sasaran

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Passing atas ke belakang

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Passing atas secara	a 80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		sirkulasi inte	r	Komando	Net	
		kelompok: sekal	i	Evaluasi scr	Peluit	

magning stop longering Ctar	
passing atas langsung Stop-	
ditempat (ketinggian watch	
bola 1 meter)	
dilanjutkan putar	
badan 180 derajat	
dan passing atas ke	
arah belakang ke	
arah sasaran teman	
di kelompok lain	
b. Passing atas secara	
sirkulasi antar	
kelompok: sekali	
ditempat (ketinggian bola 1 meter)	
dilanjutkan putar	
badan 180 derajat	
dan passing atas ke	
arah belakang ke	
arah sasaran teman	
di kelompok lain	
PENUTUP a. Pendinginan 10 menit Ceramah	
b. Membariskan dan Tanya jawab	
memberikan	
kesimpulan evaluasi	
perkuliahan	
c. Berdoa dan	
membubarkan	
perkuliahan praktik	
TINDAK	
LANJUT	

T	C	•
К	eferen	181

Dosen

Nama:

NIP.

NEGERITO	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN				
	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
	RPP keterampilan dasar bolavoli				
Arva. W. A.			Maret 2010		
	Semester I		32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 15

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar :6. Indikator Ketercapaian :7. Materi Pokok/Penggalan Materi :8. Kegiatan Perkuliahan :

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
		Waktu			
PENDAHULUAN	 a. Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa b. Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi 	10 menit	Ceramah		
	c. Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN (INTI)	MID SEMESTER a. Tes keterampilan passing atas bolavoli b. Tes keterampilan passing bawah bolavoli	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik 	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT					

9. Evaluasi

Referensi		
Dosen		
Nama: NIP.		



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

Ki i keteramphan dasar bolayon			
		Maret 2010	
Semester I		-	32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 16

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

SKS
 Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
 Semester dan Waktu
 Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Sikap dasar tangan dan lengan pada waktu memukul bola pada titik pukul yang optimal

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Pembentukan bentuk tangan dan lengan pada

teknik smas

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Melempar bola	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		dengan ayunan smas		Komando	Net	
		(bola dilepaskan		Evaluasi scr	Peluit	
		pada raihan		langsung	Stop-	
		tertinggi)			watch	
	b.	Melempar bola tenis				
		dengan				
		menggunakan				
		ayunan dan lecutan				
		seperti pada waktu				
		memperagakan				
		teknik smas				
	c.	Vareasi-vareasi				
		melempar bola				
		dengan mendekati				
		teknik smas				

PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah	
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab	
		memberikan			
		kesimpulan evaluasi			
		perkuliahan			
	c.	Berdoa dan			
		membubarkan			
		perkuliahan praktik			
TINDAK					
LANJUT					

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

		FAKULTAS ILMU	KEOLAHRAGAAN	N	
THE GERMAN TO CONAR AND THE SHARE AND THE SH	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
		RPP keterampilan dasar bolavoli			
			Maret 2010		
	Semester I		-	32 X Pertemuan	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 17

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu memukul bola dengan raihan

tertinggi

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : memukul bola pada titik tertinggi raihan

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			
	Berdoa				

	1	D : 1 :				
	l.	Presensi mahasiswa				
	b.	3		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Loncat menangkap	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		bola pada titik		Komando	Net	
		tertinggi raihan		Evaluasi scr	Peluit	
	b.	Memukul bola yang		langsung	Stop-	
		digantung setinggi		8 8 8	watch	
		satu raihan			.,	
	c.	Melempar bola				
	<u>ر</u> .	dengan dua tangan				
		dan lengan lalu di				
		smas dengan arah				
		•				
		bola pendek				
		(dilakukan secara				
		berpasangan)				
	d.	1 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
		dengan dua tangan				
		dan lengan lalu di				
		smas dengan arah				
		bola panjang				
		(dilakukan secara				
		berpasangan)				
PENUTUP	a.		10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		
		memberikan				
		kesimpulan evaluasi				
		perkuliahan				
	c.	Berdoa dan				
		membubarkan				
		perkuliahan praktik				
TINDAK	1	Lwith Printelli				
LANJUT						
l .				I .		

\mathbf{r}		r		•
ĸ	Δ 1	4	rΔ1	ısi
1	u		ı	101

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

	Maret 2010	
Semester I	-	32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 18

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu melakukan step atau langkah

smes dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan langkah smes

Langkah	Uraian Kegiatan		Estimasi	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. b.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi	Waktu 10 menit	Ceramah		
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. b.	Belajar satu langkah terakhir smes dengan meloncati penghalang Berjalan diakhiri satu langkah panjang smes meloncat dan menangkap bola pada titik tertinggi raihan Berjalan sambil memegang bola diakhiri satu langkah	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a.	panjang smes meloncat dan melempar bola pada titik tertinggi raihan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		

	memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik
TINDAK	
LANJUT	

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
RPP keterampilan dasar bolavoli					
Maret 2010					
Semester I	-	32 X Pertemuan			

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 19

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu melakukan cara memukul dan

step atau langkah smes dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan smes tanpa awalan

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				

	c.	Pemanasan		Komando	
PENYAJIAN (INTI)	a.	Di depan net meloncat dan	80 menit	Demonstrasi Komando	Bolavoli Net
	b.	memukul bola Satu langkah panjang meloncati penghalang dan dilanjutkan satu langkah panjang dan smes semi Smas semi dengan		Evaluasi scr langsung	Peluit Stop- watch
		awalan satu langkah panjang			
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan	10 menit	Ceramah Tanya jawab	
		kesimpulan evaluasi perkuliahan			
	c.	Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik			
TINDAK LANJUT					

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

SNEGERIA	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
(SYARK)	RPP keterampilan dasar bolavoli				
TAVA. My. 4 IV			Maret 2010		
	Semester I	Semester I -			

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 20

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS

4. Semester dan Waktu : Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu melakukan teknik smas semi dan smas open dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan smes semi dan open

8. Kegiatan Perkuliahan :

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Smas semi dengan	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		bola umpan dilempar		Komando	Net	
	b.	Smas open dengan		Evaluasi scr	Peluit	
		bola umpan dilempar		langsung	Stop-	
					watch	
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		
		memberikan				
		kesimpulan evaluasi				
		perkuliahan				
	c.	Berdoa dan				
		membubarkan				
		perkuliahan praktik				
TINDAK						
LANJUT						

9. Evaluasi

	en	

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli

		Maret 2010	
Semester I	-		32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 21

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu melakukan teknik smas semi

dan smas open dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan smes semi dan open

8. Kegiatan Perkuliahan :

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. b.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi	10 menit	Ceramah		
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. b.	Smas semi dengan bola umpan diumpan oleh set upper Smas open dengan bola diumpan oleh set upper	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT		•				

9. Evaluasi

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
S NEGERY TO	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
TAVA. M 43			Maret 2010			
	Semester I	32 X Pertemuan				

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 22

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar smash dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu melakukan teknik smas semi

dan smas open dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan smes semi dan open

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	 a. Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa b. Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi c. Pemanasan 	10 menit	Ceramah Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. Smas semi dan dilanjutkan smas open, bola diumpan oleh pengedrill b. Smas open dan dilanjutkan smas semi, bola diumpan oleh pengedrill		Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. Pendinginanb. Membariskan dan memberikan	10 menit	Ceramah Tanya jawab		

	kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik		
TINDAK			
LANJUT			

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN				
S NEGERY TO	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
		RPP keterampilan dasar bolavoli			
THURST WE WAY			Maret 2010		
	Semester I		-	32 X Pertemuan	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 23

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar blok dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai sikap tangan dan

lengan dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan tangan dan lengan

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				

	c.	apersepsi Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. b.	Mempraktikkan blok di tempat Blok ditempat dan pada saat titik tertinggi blok memegang bola yang di pegang teman di atas pita net	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT						

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

NEGERITO	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN				
	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
(SELECTION OF THE SELECTION OF THE SELEC		RPP keterampilan dasar bolavoli			
VIAVO. M. VIET			Maret 2010		
	Semester I		32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 24

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar blok dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai sikap kaki dan tungkai pada waktu bergerak geser/langkah ke kanan dan ke kiri dengan baik dan benar
 7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan geser ke kanan dan ke kiri

8. Kegiatan Perkuliahan

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Mempraktikkan blok	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		dengan satu langkah		Komando	Net	
		geser ke kanan		Evaluasi scr	Peluit	
	b.	Mempraktikkan blok		langsung	Stop-	
		dengan satu langkah			watch	
		geser ke kiri				
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		
		memberikan				
		kesimpulan evaluasi				
		perkuliahan				
	c.	Berdoa dan				
		membubarkan				
		perkuliahan praktik	_			
TINDAK		-				
LANJUT						

\sim		
u	HIMA	luasi
7.	Lva	ıuası

-	0		
Rε	e fei	ren	181

Dosen

Nama:

NIP.

LEGER	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN		
(L (L)	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA		
	RPP keterampilan dasar bolavoli		
(7. J. 4)	Maret 2010		

Semester I	-	32 X Pertemuan
------------	---	----------------

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 25

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan teknik dasar blok dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai sikap kaki dan tungkai pada waktu bergerak geser/langkah ke kanan dan ke kiri dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan gerakan geser ke kanan dan ke

kiri

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	 a. Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa b. Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi c. Pemanasan 	10 menit	Ceramah Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a. Mempraktikkan blok dengan langkah ke kanan dan saat mengeblok memegang bola yang di pegeng teman di atas pita net b. Mempraktikkan blok dengan langkah ke kiri dan saat mengeblok memegang bola yang di pegeng teman di atas pita net		Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik 	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK					

I ANIIIT			
LANJUI			
12 11 13 C 1			

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN				
NEGERI TO	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA				
		RPP keterampilan dasar bolavoli			
ZAVA, MU. NY			Maret 2010		
	Semester I	-		32 X Pertemuan	

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 26

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS4. Semester dan Waktu : Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar service dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mempraktikkan service tangan bawah

dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan servive tangan bawah

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Service tangan	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		bawah dari posisi		Komando	Net	
		satu dengan arah		Evaluasi scr	Peluit	

	bola beba b. Service bawah satu de ketinggia serendah mendeka pita net bebas c. Service	tangan dari posisi ngan arah n bola mungkin ti dengan dengan arah tangan dari posisi ngan arah	langsung	Stop- watch	
PENUTUP	serendah mendeka	mungkin ti dengan net dengan ntukan nan	Ceramah Tanya jawab		
	memberi kesimpul perkuliah c. Berdoa d membub	kan an evaluasi an an	Tanya jawab		
TINDAK LANJUT					

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

		FAKULTAS ILMU	KEOLAHRAGAAI	N		
NEGERIA	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
	RPP keterampilan dasar bolavoli					
ZIAVA. My. VIE			Maret 2010			
	Semester I		-	32 X Pertemuan		

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar service dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mempraktikkan tennis service dengan

baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan tennis service

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
	<u> </u>		Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa	10 menit			
	b.			Ceramah		
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN (INTI)	a.	Tennis Service dari tengah lapangan dengan arah bola dan ketinggian bola bebas	80 menit	Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
	b.	Tennis Service dari garis belakang lapangan dengan arah bola dan ketinggian bola bebas				
	c.	Tennis Service dari garis belakang lapangan dengan arah bola dan ketinggian bola dibuat sedekat mungkin dengan pita atas net				
PENUTUP		Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
	c.	Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik				
TINDAK						

I ANIIIT			
LANJUI			
12 11 13 C 1			

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

^		FAKULTAS ILMU	KEOLAHRAGAA	N		
OF LEGENT TO COLAR	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
		RPP keterampilan dasar bolavoli				
ZIAN, My. NIA			Maret 2010			
	Semester I		-	32 X Pertemuan		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 28

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

SKS
 Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
 Semester dan Waktu
 Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan teknik dasar service dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mempraktikkan tennis service dengan

baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan tennis service

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN	a.	Tennis Service dari	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		garis belakang		Komando	Net	
		lapangan (posisi 1)		Evaluasi scr	Peluit	

	T			T ~ T
	dengan arah bola sasaran pada kotak point 7 dan ketinggian bola dibuat sedekat mungkin dengan pita atas net b. Tennis Service dari garis belakang		langsung	Stop- watch
	lapangan (posisi 6) dengan arah bola sasaran pada kotak point 7 dan ketinggian bola dibuat sedekat mungkin dengan pita atas net			
	c. Tennis Service dari garis belakang lapangan (posisi 5) dengan arah bola sasaran pada kotak point 7 dan ketinggian bola dibuat sedekat mungkin dengan pita atas net			
	Masing-masing pos tadi melakukan 10 kali service			
PENUTUP	 a. Pendinginan b. Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan c. Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik 	10 menit	Ceramah Tanya jawab	
TINDAK LANJUT				

eren	

Dosen

Nama:

NIP.



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RPP keterampilan dasar bolavoli Maret 2010 Semester I - 32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 29

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa menguasai dan mempraktikkan taktik

dasar bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dasar bermain bolavoli 2 set-uper 4 smesher dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan taktik dasar bermain bolavoli 2

set-uper 4 smeshe

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. b.	Membariskan Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi	10 menit	Ceramah		
PENYAJIAN (INTI)	c.	Pemanasan Mempraktikkan taktik dasar bermain bolavoli 2 set-uper 4 smesher	80 menit	Komando Demonstrasi Komando Evaluasi scr langsung	Bolavoli Net Peluit Stop- watch	
PENUTUP	a. b.	Pendinginan Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik	10 menit	Ceramah Tanya jawab		
TINDAK LANJUT						

Referensi

Dosen

Nama: NIP.

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA RPP keterampilan dasar bolavoli Maret 2010 Semester I - 32 X Pertemuan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 30

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa menguasai dan mempraktikkan taktik

dasar bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai dan mempraktikkan taktik dasar bermain bolavoli 2 set-uper 4 smesher dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan taktik dasar bermain bolavoli 2

set-uper 4 smeshe

Langkah		Uraian Kegiatan	Estimasi	Metode	Media	Referensi
			Waktu			
PENDAHULUAN	a.	Membariskan	10 menit			
		Berdoa				
		Presensi mahasiswa				
	b.	Penjelasan materi		Ceramah		
		secara singkat dan				
		apersepsi				
	c.	Pemanasan		Komando		
PENYAJIAN		Mempraktikkan	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		taktik dasar bermain		Komando	Net	
		bolavoli 2 set-uper 4		Evaluasi scr	Peluit	
		smesher		langsung	Stop-	

					watch	
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan memberikan kesimpulan evaluasi perkuliahan Berdoa dan membubarkan perkuliahan praktik		Tanya jawab		
TINDAK LANJUT						

Referensi

Dosen

Nama:

NIP.

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN					
S NEGERI TO	UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA					
(ISB)	RPP keterampilan dasar bolavoli					
THO WE ALL			Maret 2010			
	Semester I		32 X Pertemuan			

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) 31

Fakultas/Program Studi : FIK/PKO
 Mata Kuliah/Kode : PBV 301

3. SKS4. Semester dan Waktu5. Teori 1 SKS Praktik 2 SKS6. Sem. I Waktu 100 menit

5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa menguasai dan mempraktikkan taktik

dasar bolavoli dengan baik dan benar

6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menguasai dan

mempraktikkan sistem menerima service 1:5 dengan baik dan benar

7. Materi Pokok/Penggalan Materi : Mempraktikkan sistem menerima service 1: 5

Langkah	Uraian Kegiatan	Estimasi Waktu	Metode	Media	Referensi
PENDAHULUAN	a. Membariskan	10 menit			

	b.	Berdoa Presensi mahasiswa Penjelasan materi secara singkat dan apersepsi Pemanasan		Ceramah Komando		
PENYAJIAN		Mempraktikkan	80 menit	Demonstrasi	Bolavoli	
(INTI)		sistem menerima		Komando	Net	
		service 1: 5		Evaluasi scr	Peluit	
				langsung	Stop-	
					watch	
PENUTUP	a.	Pendinginan	10 menit	Ceramah		
	b.	Membariskan dan		Tanya jawab		
		memberikan				
		kesimpulan evaluasi				
		perkuliahan				
	c.	Berdoa dan				
		membubarkan				
		perkuliahan praktik				
TINDAK						
LANJUT						

Dosen

Nama:

NIP.