	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS MK DASAR GERAK RENANG			
	No. SIL/IOF 203/2	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb '11	Hal. 2 dari 2
	Semester 2	-	32 X Pertemuan	

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi
 Matakuliah : Dasar Gerak Renang
 Kode MK : 2 SKS /IOF 203
 Semester : Genap (2)
 Mata Kuliah Prasyarat: -
 Dosen : Sismadiyanto, M.Pd.
 Sri Winarni, M.Pd.
 Sridadi, M.Pd..
 Ermawan Susanto, M.Pd.
 Hedi Ardiyanto H., S.Pd.


I. DESKRIPSI MATAKULIAH

Dasar Gerak Renang merupakan matakuliah praktek fakulter dengan kode IKF 230. Matakuliah ini meliputi pembelajaran dan penguasaan materi gerak renang antara lain renang gaya bebas (*crawl/freestyle*), renang gaya dada (*breast stroke*), renang menolong, renang mengapung, peraturan pertandingan renang, dan petugas pertandingan renang. Materi tersebut disampaikan melalui beberapa metode pembelajaran yang tepat antara lain penugasan, komando, *drill*, dan tugas-tugas. Bobot matakuliah ini ialah 2 (dua) SKS dan bersifat wajib tempuh bagi calon sarjana S1.

II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Mahasiswa memahami dan mampu menguasai keterampilan gerak renang gaya bebas (*crawl/freestyle*), renang gaya dada (*breast stroke*), renang menolong, renang mengapung dan mengetahui peraturan pertandingan renang, dan petugas pertandingan renang.


Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh : KAJUR POR
-------------------------------	---	-------------------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS MK DASAR GERAK RENANG			
	No. SIL/IOF 203/2	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb '11	Hal. 2 dari 2
	Semester 2	-	32 X Pertemuan	

III. RENCANA KEGIATAN

TM	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi	Sumber Bahan
1-6	Dasar-dasar renang	<ol style="list-style-type: none"> 1. mengapung 2. meluncur 3. Tahanan/hambatan 4. Dorongan 5. Posisi Badan dalam Renang 6. Sikap Tangan dan Jari-jari 	Drill Diskusi Demonstrasi	Buku 1
7-16	Renang gaya Crawl	<ol style="list-style-type: none"> 1. gerakan mengapung 2. gerakan meluncur 3. gerakan kaki 4. gerakan lengan 5. gerakan ambil nafas 6. gerakan koordinasi tangan dan nafas 7. gerakan keseluruhan 	Drill Diskusi Demonstrasi	Buku 1-2
17-25	Renang gaya dada	<ol style="list-style-type: none"> 1. metodik mengajar teknik gerakan mengapung 2. meluncur 3. gerakan kaki 4. gerakan lengan 5. gerakan ambil nafas 6. gerakan koordinasi tangan dan nafas 7. gerakan keseluruhan 	Drill Diskusi Demonstrasi	Buku 1, 3
26-32	Renang menolong	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terjun Sederhana 2. Cara Memegang dan Membawa Korban 3. Cara Menolong yang Efisien dan Efektif 4. Pertolongan Pertama pada Kecelakaan 	Drill Diskusi Demosntrasi	Buku 1,2,3

Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh : KAJUR POR
-------------------------------	---	-------------------------------

	FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
	SILABUS MK DASAR GERAK RENANG			
	No. SIL/IOF 203/2	Revisi : 00	Tgl. 1 Feb '11	Hal. 2 dari 2
	Semester 2	-	32 X Pertemuan	

IV. SUMBER BAHAN

1. Ong Siou Tjiang & Tarigan, *Renang*, Keng Po, Pintu Besar Selatan 86–88.
2. Dwijowinoto, Kasiyo. (1979). *Renang, metoda, pola dan teknik*. IKIP Semarang.
3. Counsilman, James E. (1968). *Science of Swimming*, Prantice-Hall Inc, New Jersey.

V. EVALUASI

No	Komponen Evaluasi	Bobot (%)
1	Partisipasi Kuliah	10
2	Tugas-tugas	15
3	Presentasi	20
4	Ujian Tengah Semester	20
5	Ujian Semester	35
	Jumlah	100%

Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa Oleh : KAJUR POR
-------------------------------	---	-------------------------------