



**KEMENTERIAN RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

---

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER**

<b>Program Studi</b>	:PGSD Penjas
<b>Nama Mata Kuliah</b>	:Pembelajaran Atletik Sekolah Dasar <b>Kode</b> :PJD6213 <b>Jumlah SKS</b> :2
<b>Semester</b>	:V
<b>Mata Kuliah Prasyarat</b>	:-
<b>Dosen Pengampu</b>	: Abdul Mahfudin Alim, M.Pd.
<b>Deskripsi Mata Kuliah</b>	:Mata kuliah ini memberikan pemahaman dan aplikasi pembelajaran atletik sekolah dasar. Setelah mengikuti mata kuliah ini mahasiswa diharapkan mampu melaksanakan tahapan pembelajaran atletik yang dapat dilaksanakan di sekolah dasar, meliputi: materi, metode dan cara penilaian lari, lempar dan lompat di sekolah dasar. Pada perkuliahan ini mahasiswa diwajibkan menyusun rancangan pembelajaran atletik. Pembelajaran mata kuliah ini menggunakan metode: ceramah, diskusi, pemberian tugas, dan latihan/presentasi. Penilaian kemampuan mahasiswa berdasar pada partisipasi mahasiswa, tugas mandiri dan/atau kelompok.

**Capaian Pembelajaran (Mata Kuliah)** :Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa PGSD Penjas diharapkan:

1. Memiliki pengetahuan dan keterampilan mengenai tahapan pembelajaran atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar (SD)/sederajat dengan penguasaan IPTEK pendidikan, olahraga, dan kesehatan.
2. Memiliki pengetahuan mengenai materi, metode dan cara penilaian dalam pembelajaran atletik untuk sekolah dasar.
3. Memiliki kemampuan membuat dan mengembangkan pembelajaran yang inovatif dan kreatif dalam pembelajaran atletik sekolah dasar.
4. Mampu menunjukkan sikap percaya diri, disiplin, jujur, mandiri, rasa ingin tahu, toleransi, kerjasama dan bertanggung jawab atas pekerjaan sendiri atau kelompok.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pertemuan Ke-	SubCapaian Pembelajaran (SubKomp)	Bahan Kajian/ Pokok Bahasan	Bentuk/ Model Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian (per subkomp)	Waktu	Referensi
1-2	Memahami materi, konsep dan tahapan pembelajaran atletik dalam pendidikan jasmani sekolah dasar.	Materi, konsep dan tahapan pembelajaran atletik sekolah dasar dalam pendidikan jasmani.	<i>Ceramah</i> <i>Self-directed Learning</i> <i>Small-group discussion</i>	Siswa melakukan analisis dan berdiskusi tentang konsep pembelajaran atletik sekolah dasar. (1)  Membaca referensi buku dan jurnal (2)  Aktif dalam proses pembelajaran dan diskusi. (3)	Menjelaskan konsep pembelajaran atletik untuk sekolah dasar. (1/Kog)  Mengolah berbagai informasi. (2/Psi)  Menumbuhkan sikap percaya diri, disiplin, jujur, mandiri, rasa ingin tahu, kerjasama dan tanggung jawab dan menghormati perbedaan pendapat dalam proses pembelajaran (3/Afe)	Tes tertulis  Non-Tes Kerja/mind mapping)  Non-Tes (Pengamatan nilai sikap pada saat proses perkuliahan)	15%	200'	5,7
3-4	Memahami metode pembelajaran atletik dalam pendidikan jasmani sekolah dasar.	Metode pembelajaran atletik sekolah dasar dalam pendidikan jasmani.	<i>Self-directed Learning</i> <i>Small-group discussion</i> <i>Problem-based learning/Inquiry</i>	Siswa melakukan analisis dan berdiskusi tentang metode pembelajaran atletik sekolah dasar. (1)  Membaca referensi buku dan jurnal. (2)	Menjelaskan metode pembelajaran atletik untuk sekolah dasar. (1/Kog)  Mengolah berbagai informasi. (2/Psi)	Tes tertulis Non-tes (Unjuk  Non-Tes Kerja/mind mapping)	15%	200'	1,2,3,6,8, 10, 12

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
				Aktif dalam proses pembelajaran dan diskusi. (3)	Menumbuhkan sikap percaya diri, disiplin, jujur, mandiri, rasa ingin tahu, kerjasama dan tanggung jawab dan menghormati perbedaan pendapat dalam proses pembelajaran (3/Afe)	Non-Tes (Pengamatan nilai sikap pada saat proses perkuliahan)			
5-6	Memahami cara penilaian pembelajaran atletik dalam pendidikan jasmani sekolah dasar.	Cara penilaian atletik sekolah dasar dalam pendidikan jasmani.	<i>Self-directed Learning</i> <i>Small-group discussion</i> <i>Problem-based learning/Inquiry</i>	Mahasiswa melakukan analisis dan berdiskusi tentang cara penilaian pembelajaran atletik sekolah dasar. (1)  Membaca referensi buku dan jurnal. (2)  Aktif dalam proses pembelajaran dan diskusi. (3)	Menjelaskan konsep pembelajaran atletik untuk sekolah dasar. (1/Kog)  Mengolah berbagai informasi. (2/Psi)  Menumbuhkan sikap percaya diri, disiplin, jujur, mandiri, rasa ingin tahu, kerjasama dan tanggung jawab dan menghormati perbedaan pendapat dalam proses pembelajaran (3/Afe)	Tes tertulis  Non-Tes Kerja/mind mapping)  Non-Tes (Pengamatan nilai sikap pada saat proses perkuliahan)	15%	200'	4,8,11,13
7	Merancang pembelajaran (Materi, Metode dan Cara penilaian)	Merancang pembelajaran yang inovatif dan kreatif.	<i>Project-Based Learning</i>	Mahasiswa membuat pembelajaran yang berisi materi, metode dan cara penilaian tentang konsep	Kemampuan menganalisis data (1/Kog.)	Non Tes (laporan hasil tugas)	10%	100'	1-13

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
				<p>pembelajaran atletik untuk sekolah dasar. (1)</p> <p>Membaca referensi buku dan jurnal. (2)</p> <p>Bekerjasama dalam kelompok. (3)</p>	<p>Kemampuan mengolah dan menyajikan informasi yang diperoleh (2/Psi.)</p> <p>Kemampuan tanggung jawab dan bekerjasama dalam tim (3/Af.)</p>	<p>Non Tes (laporan hasil tugas dan diskusi)</p> <p>Non Tes (penilaian teman/rekan sejawat)</p>			
8-10	Mempresentasikan dan mempraktikkan hasil rancangan pembelajaran nomor lari	Pembelajaran atletik untuk sekolah dasar dalam pendidikan jasmani untuk nomor lari (Start, Sprint, estafet dan Lari gawang)	<i>Project-Based Learning</i> , Presentasi dan diskusi	<p>Menyusun perangkat (1)</p> <p>Mempresentasikan dan mempraktikkan hasil rancangan pembelajaran (2)</p> <p>Menerapkan sikap toleransi dan empati selama proses presentasi berlangsung (3)</p>	<p>Inovasi dan kreativitas rancangan pembelajaran, metode yang digunakan, cara penilaian. (1/Kog)</p> <p>Kualitas materi presentasi, kreativitas media dan alat presentasi (2/Psi)</p> <p>Kemampuan menghormati argumentasi teman/etika presentasi (3/Afe)</p>	<p>Non Tes (laporan hasil tugas dan diskusi)</p> <p>Non Tes (penilaian diskusi dan presentasi)</p> <p>Non Tes (penilaian diri (<i>self-assesemnt</i>), Penilaian teman/rekan sejawat (<i>peer-assessment</i>) dan lembar pengamatan sikap)</p>	15%	300'	Portofolio Mahasiswa

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11-13	Mempresentasikan dan mempraktikkan hasil rancangan pembelajaran nomor lompat	Pembelajaran atletik untuk sekolah dasar dalam pendidikan jasmani untuk nomor lompat (Lompat tinggi, lompat jauh, lompat jangkit)	<i>Project-Based Learning</i> , Presentasi dan diskusi	Menyusun perangkat pembelajaran (1)  Mempresentasikan hasil rancangan pembelajaran (2)  Menerapkan sikap toleransi dan empati selama proses presentasi berlangsung (3)	Sistem Sistematika penulisan, analisis, ketepatan metode pembelajaran, (1/Kog)  Kualitas materi presentasi, kreativitas media presentasi (2/Psi)  Kemampuan menghormati argumentasi teman/etika presentasi (3/Afe)	Non Tes (laporan hasil tugas dan diskusi)  Non Tes (penilaian diskusi dan presentasi)  Non Tes (penilaian diri ( <i>self-assesemnt</i> ), Penilaian tenab/rekan sejawat ( <i>peer-assessment</i> ) dan lembar pengamatan sikap)	15%	300'	Portofolio Mahasiswa
14-16	Mempresentasikan dan mempraktikkan hasil rancangan pembelajaran nomor lempar	Pembelajaran atletik untuk sekolah dasar dalam pendidikan jasmani untuk nomor lempar (Tolak Peluru, Lempar cakram, Lempar lembing)	<i>Project-Based Learning</i> , Presentasi dan diskusi	Menyusun perangkat pembelajaran (1)  Mempresentasikan dan mempraktikkan hasil rancangan pembelajaran (2)  Menerapkan sikap toleransi dan empati selama proses presentasi dan praktek berlangsung (3)	Sistem Sistematika penulisan, analisis, ketepatan metode pembelajaran, (1/Kog)  Kualitas materi presentasi, kreativitas media presentasi (2/Psi)  Kemampuan menghormati argumentasi teman/etika presentasi (3/Afe)	Non Tes (laporan hasil tugas dan diskusi)  Non Tes (penilaian diskusi dan presentasi)  Non Tes (penilaian diri ( <i>self-assesemnt</i> ), Penilaian tenab/rekan sejawat ( <i>peer-</i>	15%	300'	Portofolio Mahasiswa

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
						assessment) dan lembar pengamatan sikap)			

### Penetapan Nilai Akhir:

NA = 15% + 15% + 15% + 10% + 15% + 15% + 15% = 100%

### Referensi

1. Anthony, Dowson&Keith. E.J. Morris. *Fun and Game-100 Sport-Related Activities for Ages 5-16*. USA: Human kinetics.
2. Atherine T. Thomas, et all. *Physical Education for Children-Daily Lesson Plans for Elementary School-Second Edition*. USA: Human kinetics.
3. Barry W. Lavay, et all. 2006. *Positive Behavior Management in Physical Education-Second edition*. USA: Human kinetics.
4. Bob Carroll. *Assessment in Physical Education*. London-Washington, D. C: The Falmer Press.
5. Carr, Gerry. (1999). *Fundamental of Track and Field*. USA: Human Kinetics.
6. Evridiky, Zachopoulou, et all. 2010. *Early Steps Physical Education Curriculum-Theory and Practice for children Under-8*. USA: Human kinetics.
7. IAAF.2000. *Pedoman Resmi Mengajar Atletik-Level I*. Jakarta: Staff Sekretariat IAAF-RDC
8. IBO.2009. *Physical Education guide*. United Kingdom: IBO.
9. Liz Giles&Brown. *Physical Education Assessment toolkit*. USA: Human kinetics.
10. Luke E. Kelly&Vincent J. Melograno. 2004. *Developing the Physical Education curriculum, an Achivement-Based Approach*. USA: Human kinetics.
11. P.E. Central. *Paper&Pencil Assessment Idea-Volume 4*.
12. Robert P. Pangrazi. 2010. *Dynamic Physical Education-for elementary school children-sixteenth Edition*. San Francisco: Pearson.
13. Vincent J. Melograno. 2006. *Profesional and Student Portfolios for Physical Education-Second Edition*. USA: Human kinetics.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
PGSD Penjas

Drs. Sriawan, M.Kes.  
NIP.195808301987031003

Yogyakarta, 28 Agustus 2015  
Dosen

Abdul Mahfudin Alim, M.Pd  
NIP.198506092014041