


| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------------|-----------------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS MK DASAR GERAK BOLAVOLI | | | |
| | No: SIL/IOF 105 | Revisi : 00 | Tgl. Januari 20011 | Hal... dari ... |
| | Semester 1 | - | 16 X Pertemuan | |

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Program Studi : Ilmu Keolahragaan
 Mata Kuliah : Dasar Gerak Bolavoli
 Kode Mata Kuliah : IOF 105
 Sks : Praktek= 1 SKS
 Semester : 1
 Mata Kuliah Prasyarat : -
 Dosen : Prof. Dr. Suharjana
 Widiyanto, M.Kes.

I. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah Dasar Gerak Bolavoli berisi tentang peraturan permainan bolavoli, dasar bergerak tanpa bola di lapangan, teknis dasar *passing* bawah, teknik dasar *passing* atas dan umpan, teknik dasar *smash*, teknik dasar blok, teknik dalam bertahan terhadap servis, serta taktik bertahan terhadap *smash*.


II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Mahasiswa memiliki pengetahuan, keterampilan, dan sikap tentang peraturan permainan bolavoli, dasar bergerak tanpa bola di lapangan, teknik dasar *passing* bawah, teknik dasar *passing* atas dan umpan, teknik dasar *smash*, teknik dasar blok, teknik dalam bertahan terhadap servis, serta taktik bertahan terhadap *smash*.

III. RENCANA KEGIATAN

| TM | Kompetensi Dasar | Materi Pokok | Strategi | Sumber Bahan |
|-----|-------------------------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| 1 | Peraturan Permainan Bolavoli. | Peraturan permainan bolavoli. | Tanya jawab. | 1,2 |
| 2-3 | Dasar gerak tanpa | 1. Memimpin pemanasan | Komando. | 1,2 |

| | | |
|-----------------------------------|---|--|
| Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR Sumarjo, M.Kes. |
|-----------------------------------|---|--|

| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------------|-----------------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS MK DASAR GERAK BOLAVOLI | | | |
| | No: SIL/IOF 105 | Revisi : 00 | Tgl. Januari 20011 | Hal... dari ... |
| | Semester 1 | - | 16 X Pertemuan | |

| | | | | |
|-------|---|---|---|-----|
| | bola | bolavoli. 2. Dasar awal dan akhir bergerak. 3. Bergerak ke samping. 4. Bergerak ke belakang. | | |
| 4-6 | Teknik dasar <i>passing</i> bawah. | 1. Terima servis <i>float</i> . 2. Bertahan terhadap <i>smash</i> . | 1. Komando. 2. Drill. 3. Bermain. | 1,2 |
| 7-8 | Teknik dasar <i>smash</i> . | 1. Teknik memukul bola. 2. Teknik dasar <i>smash</i> . | 1. Komando. 2. Drill. | 1,2 |
| 9-11 | Teknik dasar <i>passing</i> atas dan umpan. | 1. Teknik dasar <i>passing</i> atas. 2. Teknik umpan. | 1. Komando. 2. Drill. 3. Bermain. | 1,2 |
| 12-13 | Teknik dasar servis dan blok. | 1. Teknik servis tangan bawah. 2. Teknik servis tenis. 3. Teknik servis <i>float</i> . | 1. Komando 2. Drill. 3. Bermain. | 1,2 |
| 14-15 | Taktik pertahanan. | 1. Taktik pertahanan servis. 2. Taktik pertahanan <i>smash</i> . | 1. Komando. 2. Bermain. | 1,2 |
| 16 | Evaluasi. | 1. <i>Passing</i> atas ke petak <i>Brady</i> . 2. <i>Passing</i> bawah ke petak <i>Brady</i> . | | 1,2 |

IV. PENILAIAN

| NO. | KOMPONEN EVALUASI | BOBOT(%) |
|-----|-------------------------|----------|
| 1. | Partisipasi perkuliahan | 10 |
| 2. | Psikomotor | 40 |
| 3. | afektif | 20 |
| 4. | kognitif | 20 |
| 5. | tugas | 10 |
| | | 100 |

V. SUMBER BAHAN


Wajib:

1. PBVSI. 2004. *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: PBVSI.
2. Suharno HP. 1985. *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli*. Yogyakarta.

Anjuran:

3. Anderson B. 1980. *Stretching*. California, USA: Shelter Publications.

| | | |
|-----------------------------------|---|--|
| Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR Sumarjo, M.Kes. |
|-----------------------------------|---|--|

| | | | | |
|---|---|-------------|-----------------------|-----------------|
|  | FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA | | | |
| | SILABUS MK DASAR GERAK BOLAVOLI | | | |
| | No: SIL/IOF 105 | Revisi : 00 | Tgl. Januari 20011 | Hal... dari ... |
| | Semester 1 | - | 16 X Pertemuan | |

4. Cox RH. 1980. *Teaching Volleyball*. Minnesota, USA: Burgess Publishing Company.
5. FIVB. 1988. *Coach Manual*. Lausanne: FIVB.
6. FIVB. 2008. *Volleyball Regulation*. Lausanne: FIVB.
7. Neville WJ. 1990. *Coaching Volleyball Succesfully*. Illinois, USA: Leisure Press.
8. Bertucci. 1982. *Championship Volleyball 2nd Edition*. Illinois, USA: Leisure Press.

| | | |
|-----------------------------------|---|--|
| Dibuat Oleh : TIM PENGAMPU | Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta | Diperiksa Oleh : Kajur PKR Sumarjo, M.Kes. |
|-----------------------------------|---|--|