

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	: Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia
Mata Kuliah	: Pendidikan Jasmani dan Olahraga
Semester/Tahun Akademik	: I/ 2023- 2024
Kode Matakuliah	: MPK 8812
Bobot SKS	: 2 SKS
Dosen Pengampu	: Andi Fepriyanto, M.Pd

### Capaian Pembelajaran :

Memiliki kepedulian dalam menjaga dan merawat kesehatan diri dan lingkungan; **S9**

mampu bertanggung jawab atas pencapaian hasil kerja kelompok dan melakukan supervisi serta evaluasi terhadap penyelesaian pekerjaan yang ditugaskan kepada pekerja yang berada di bawah tanggung jawabnya; dan **KU6**

mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada di bawah tanggung jawabnya, dan mampu melaksanakan tugas secara mandiri; **KU7**

Menguasai, menjelaskan, mengaplikasikan serta mampu menganalisis hal-hal yang berkaitan dengan fenomena fonologis baik pada tataran fonetik, maupun pada tataran fonemik; secara artikulatoris serta akustik; baik dalam proses pembelajaran maupun dalam penelitian fonologi di lapangan; serta menghasilkan desain pembelajaran atau pun penelitian yang inovatif.

### Deskripsi Mata Kuliah :

Mata kuliah Pendidikan jasmani dan olahraga terdiri dari pendidikan jasmani dan olahraga keduanya saling melengkapi satu sama lain dimana pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang megarah pada sehat jasmani dan rohani dalam rangka membentuk watak yang di dalamnya terdiri dari gerak dasar , olahraga tradisional atau permainan kecil. Gerak dasar sendiri terdiri dari gerak dasar lokomotor, gerak dasar non lokomotor dan gerak dasar manipulative sedangkan olahraga tradisional atau permainan kecil terdiri dari permainan-permainan yang mengandung gerak yang meyehatkan juga mengandung unsur kerjasama, kekompakan, tanggung jawab dan kedisiplinan.

TM Ke-	Kemampuan akhir yang direncanakan	Indikator	Bahan Kajian	Metode Pembelajaran	Waktu	Deskripsi Tugas Mahasiswa	Penilaian			Buku Referensi
							Jenis	Kriteria	Bobot	
1	Meampu memahami definisi pendidikan jasmani, tujuan serta fungsi	1. Mahasiswa mampu memahami Pengertian pendidikan jasmani dan olahraga	1. Pendidikan Jasmani 2. Olahraga 3. Tujuan dan fungsi	Hibrid	1x(2x50) menit	Tugas Terstruktur I  Membuat permainan kecil semenarik mungkin bersama kelompok kemudian dimainkan dengan kelompok yang lain.	Tugas Terstruktur I	C2-P2-A2	C 5% P-A 15%	Buku 1, 2 dan 3
2-3	Mampu menganalisis macam-macam gerak dasar.	Mahasiswa mampu menganalisis Konsep gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif	1. Definisi dan contoh Gerak Dasar Lokomotor 2. Definisi dan contoh Gerak Dasar Non Lokomotor 3. Definisi dan contoh Gerak Dasar Manipulatif	Hibrid	2x(2x50) menit			C2, C3-P2-A2		Buku 1, 2 dan 3
4	Menguasai permainan Kantong Ajaib dan Tongkat	1. Mahasiswa mampu mempraktek permainan Kantong Ajaib dan Tongkat	1. Mempraktikkan Permainan kantong ajaib dan Tongkat Ajaib	Hibrid	1x(2x50) menit			C3, C4-P3-A2		Buku 1, 2 dan 3
5-11	Menciptakan permainan kecil/tradisional	Mahasiswa menciptakan dan mempraktek permainan kecil/tradisional	1. Mempraktikkan Permainan Batu Persatuan 2. Mempraktikkan Permainan Otak-atik Tali 3. Mempraktikkan Permainan lari Kelereng 4. Mempraktikkan Permainan Kunci	Praktek lapangan	7x(2x50) menit			Tugas Terstruktur I  Membuat permainan kecil semenarik mungkin bersama kelompok kemudian dimainkan		Tugas Terstruktur I

			kaki 5. Mempraktikkan Permainan ular buta 6. Mempraktikkan Permainan Gilir kartu 7. Mempraktikkan Permainan Lari Klereng Estafet			dengan kelompok yang lain.				
12-14	Menguasai Senam SKJ 2012, Aerobik dan Permainan Air	Mahasiswa mampu mempraktek Senam SKJ 2012, Aerobik dan Permainan Air	1. Mempraktikkan Senam SKJ 2012 2. Mempraktikkan Senam Aerobik 3. Mempraktikkan Renang dan Permainan Air	Praktek lapangan	3x(2x50) menit		Tugas Terstruktur I		C 5%  P-A 15%	Buku 1, 2 dan 3

**PUSTAKA ACUAN:**

1. Sukintaka. 2004. *Filosofi Pembelajaran Masa Depan Teori pendidikan jasmani*. Bandung : Yayasan Nuansa Cendekia.
2. Dwiyojo, wasis D. 2010. *Dimensi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
3. Dwiyojo, Wasid D. 2007. *Pengembangan Kurikulum Penjas dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.

Mengetahui  
Ketua Program Studi PBSI,



**SUHARTATIK, M.Pd.**  
NIDN.

Sumenep, September 2023  
Dosen Pengampu Mata Kuliah,



**(Andi Fepriyanto, M.Pd)**  
NIDN. 0707028901