



PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR STKIP PGRI SUMENEP TAHUN AKADEMIK 2023-2024

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	: Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Mata Kuliah	: Pembelajaran Penjaskes
Semester/Tahun Akademik	: I/ 2023- 2024
Kode Matakuliah	: MKK 8920
Bobot SKS	: 3 SKS
Dosen Pengampu	: Dian Helaprahara, M.Pd, AIFMO-P dan Ainur Rasyid, 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	Menguasai definisi pendidikan jasmani, tujuan serta fungsi	1. Mahasiswa mampu memahami Pengertian pendidikan jasmani dan olahraga	1. Pendidikan Jasmani 2. Olahraga 3. Tujuan dan fungsi	Online (Asinkronus)	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	Menguasai macam-macam gerak dasar.	Mahasiswa mampu memahami 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	Online (Sinkronus)	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	Online (Asinkronus)	1x(2x50) menit			C3, C4-P3-A2		Buku 1, 2 dan 3
5-11	Menguasai permainan kecil/tradisional	Mahasiswa mampu mempraktek permainan kecil/tradisional	1. Mempraktikkan Permainan Batu Persatuan 2. Mempraktikkan Permainan Otak-atik Tali	Online (Sinkronus)	7x(2x50) menit			Tugas Terstruktur I Membuat permainan kecil semenarik		Tugas Terstruktur I

			3. Mempraktikkan Permainan lari Kelereng 4. Mempraktikkan Permainan Kunci kaki 5. Mempraktikkan Permainan ular buta 6. Mempraktikkan Permainan Gilir kartu 7. Mempraktikkan Permainan Lari Klereng Estafet			mungkin bersama kelompok kemudian dimainkan 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	Online (Sinkronus)	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. Dwiyogo, wasis D. 2010. *Dimensi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
3. Dwiyogo, Wasis D. 2007. *Pengembangan Kurikulum Penjas dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.

Mengetahui
Ketua Program Studi PGSD,

Dr. Iwan Kuswandi, M.Pd. I
NIDN.

Sumenep, September 2023
Dosen Pengampu Mata Kuliah,

Dian Helaprahara, M.Pd, AIFMO-P
NIDN. 0713018701

