

Konsep Dasar Pendidikan Jasmani dan Olahraga



Olahraga adalah kegiatan fisik manusia yang berpengaruh terhadap kepribadian pelakunya. Kegiatan yang menuntut kegiatan fisik tertentu untuk menggunakan tubuh secara menyeluruh dalam bentuk permainan atau pertandingan/ perlombaan



Pengertian olahraga menurut kata asalnya

Olahraga atau sport berasal dari bahasa latin yaitu disportore artinya dis adalah terpisah, portore adalah membawa. Jadi pengertiannya membawa dirinya terpisah dari gangguan



Pengertian olahraga menurut hakekatnya

Olahraga adalah aktivitas otot besar yang menggunakan energi tertentu untuk meningkatkan kualitas hidup



Olahraga menurut pernyataan

- Dilihat dari tujuannya (kebugaran Jasmani)
- Anggapan masyarakat (OR Tradisional)
- Dilihat dari ketentuan lembaga yang berwenang (KONI)



Pengertian olahraga menurut batasan yang ada



menurut kepres 131 tahun 1962

- ✦ olahraga adalah mempunyai arti yang seluas-seluasnya, yang meliputi segala kegiatan/ usaha mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina kekuatan-kekuatan jasmani maupun rohani pada setiap manusia



Manurut Maladi bekas menteri olahraga

- ✦ Olahraga adalah segala kegiatan manusia yang mempunyai ciri-ciri adanya peserta, adanya penonton, adanya pemenang dan adanya hadiah



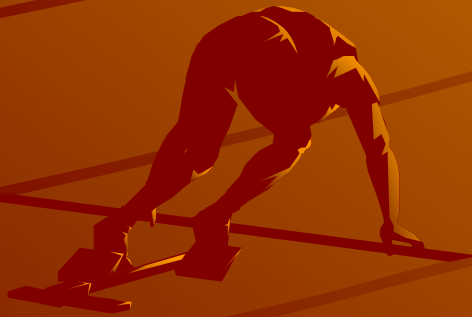
Menurut kamus umum bahasa indonesia

Olahraga adalah latihan gerak badan.
Olah berarti laku atau perbuatan dan raga berarti badan



Pengertian olahraga di Austria

Olahraga adalah latihan daripada semua aktivitas jasmani yang dilakukan diluar sekolah yang timbul karena kesenangan



Menurut I.C.S.P.E

Olahraga adalah setiap kegiatan yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan dengan diri sendiri atau dengan orang lain



SPORT

Sport berasal dari bahasa Inggris yang berarti bersenang-senang dan semula dilakukan oleh kaum ningrat dinegara tersebut. Bentuk-bentuk olahraga berkembang terus hingga sampai sekarang.



Kegiatan olahraga sebagai alat pendidikan

Sebagai alat pendidikan olahraga mampu dijadikan bantuan dalam memberi kelengkapan bagi usaha-usaha pendidikan dalam bentuknya secara keseluruhan.



Sasaran pendidikan dalam olahraga secara rinci dapat diuraikan dalam empat hal

- Pembentukan gerak
- Pembentukan prestasi
- Pembentukan sosial
- Pembentukan tubuh

Berbagai jenis olahraga

- ✦ Olahraga kesehatan
- ✦ Olahraga rekreasi
- ✦ Olahraga prestasi



Menurut Matveyev (1981; dalam Rusli, 1992)

Olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakanya (performa) dan kemampuan semaksimal mungkin



Menurut UNESCO

Olahraga yaitu setiap aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain ataupun diri sendiri




Menurut dewan eropah

olahraga sebagai aktivitas seponatan,
bebas, dan dilaksanakan selama
waktu luang



Menurut Prof. Haag (1986)

Olahraga lebih bersifat umum, tidak digunakan dalam pengertian olahraga kompetitif, karena pengertiannya bukan hanya sebagai himpunan aktifitas fisik formal dan informal yang tampak pada kebanyakan dalam cabang-cabang olahraga



Pengertian olahraga menurut yang lainnya

Olahraga adalah suatu kegiatan fisik menurut cara dan aturan tertentu dengan tujuan meningkatkan efisiensi fungsi tubuh yang hasil akhirnya adalah meningkatkan kesegaran jasmani




Makna olahraga itu kebanyakan berkaitan dengan tiga unsur pokok yaitu bermain, latihan fisik, dan kompetisi



Pendidikan Jasmani





Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental emosional spiritual sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional



Tujuan Pendidikan Jasmani



- ✦ Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam Pendidikan Jasmani



- ✦ Mengembangkan landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama



- ✦ Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar Pendidikan Jasmani



✦ Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin dan bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani



- ✦ Mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga



- ◆ Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani



- ✦ Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri dan orang lain




- ✦ Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat



✦ Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif



Fungsi Pendidikan jasmani

- ✦ Aspek organik
 - ✦ Aspek neuromuskuler
 - ✦ Aspek perseptual
 - ✦ Aspek kognitif
 - ✦ Aspek sosial
 - ✦ Aspek emosional
- 




Pendidikan jasmani menurut mendikbud 413/U/1957


- ✦ Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, intelektual dan emosional



Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan terjemahan dari physical education. Jasmani berarti jasad sedangkan pendidikan jasmani adalah upaya pendidikan dengan jalan menggunakan tubuh manusia sebagai sasaran





Tujuan akhir dari pendidikan jasmani terletak dalam peranannya sebagai wadah untk penyempurnaan watak, dan sebagai wahana untuk memiliki dan membentuk kepribadian yang kuat, watak yang baik dan sifat yang mulia; hanya orang-orang yang memiliki kebajikan moral seperti inilah yang menjadi warga masyarakat yang berguna

Baron Pierre de Coubertin (penggagas kebangkitan Olympiade Modern dari Prancis)