

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Konsep, Kedudukan dan Makna Pendidikan Jasmani
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan konsep, kedudukan dan makna Penjas
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
1	1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep, kedudukan, serta makna Penjas	1. a. Pendidikan Jasmani sebagai disiplin b. Konsep dan kedudukan Penjas c. Makna Penjas d. Fungsi Penjas	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Mahendra, 2004, Bab 1 - Freeman, 2000, Chapter 1 - Siedentop, 1990, Chapter 11
2	1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep, kedudukan, serta makna Penjas	2. a. Perbedaan Penjas dan Olahraga b. Penjas di Indonesia c. Paradigma Penjas sebagai alat pendidikan d. Model kurikulum Penjas	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Mahendra, 2004, Bab 1 - Freeman, 2000, Chapter 1 - Siedentop, 1990, Chapter 11

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga, Permainan dan Rekreasi
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan hakikat Penjas, Olahraga, Permainan dan Rekreasi
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
3	1. Mahasiswa dapat menjelaskan hakikat Penjas, olahraga, permainan dan rekreasi	1. a. Batas-batas dan makna Penjas, Olahraga, Permainan, dan Rekreasi b. Permasalahan Konsep terkait di Indonesia	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Mahendra, 2004, Bab 1 - Freeman, 2000, Chapter 1 - Siedentop, 1990, Chapter 5 - 7

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Perubahan Filosofis dari Penjas, Olahraga, dan Kebugaran
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan filosofi baru dari Penjas, olahraga, dan kebugaran
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Perte-muan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
4	1. Mahasiswa dapat menjelaskan filosofi baru dari Penjas, olahraga, dan kebugaran.	a. Makna filosofi b. Pertanyaan filosofi c. Isu dalam filsafat olahraga d. Falsafah Pendidikan dan Penjas e. Pentingnya filsafat Penjas dan Olahraga	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 8 - Siedentop, 1990, Chapter 4

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Konsep Dasar Olahraga, Bermain dan Permainan
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar olahraga, bermain dan permainan
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
5	1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar olahraga, bermain dan permainan.	a. Konsep dasar olahraga sbg bentuk bermain b. Konsep dasar bermain c. Konsep dasar permainan d. Konsep dasar kompetisi e. Pelembagaan olahraga f. Etika dalam olahraga	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 1 - Siedentop, 1990, Chapter 5

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Konsep Dasar Kebugaran
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar kebugaran.
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
6	1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar kebugaran.	a. Definisi Kebugaran b. Hubungan Kesehatan dan Kebugaran c. Pengukuran kebugaran d. Pengembangan Kesadaran Kebugaran e. Profesi dalam bidang kebugaran	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Siedentop, 1990, Chapter 8

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Konsep Dasar Latihan
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar latihan
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Perte-muan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
7	1. Mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar latihan	a. Pengertian latihan b. Macam-macam latihan c. Konsep dan prinsip pelatihan kebugaran d. Metode-metode latihan	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Siedentop, 1990, Chapter 8

Pertemuan 8: Ujian Tengah Semester (UTS)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Perbedaan Makna Penjas dan Olahraga
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan perbedaan makna penjas dan olahraga
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
9	1. Mahasiswa dapat menjelaskan perbedaan makna Penjas dan olahraga.	a. Penjas dan Olahraga dalam UU Pendidikan b. Penjas dan Olahraga dalam UU SKN c. Penjas dan Olahraga dalam kurikulum d. Penjas dan olahraga dalam konteks pendidikan.	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Mahendra, 2004, Bab 2 - sumber-sumber lain

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Pendidikan Jasmani dan Perubahan Paradigmanya
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan perubahan paradigma Penjas dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
10	1. Mahasiswa dapat menjelaskan perubahan paradigma Penjas dan faktor-faktor yang mempengaruhinya	a. Pendidikan Jasmani di masa lalu b. Tumbuhnya paradigma baru dalam Penjas c. Gerak manusia d. Penjas Humanistik e. Play education f. Sport science studies	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 8 - Siedentop, 1990, Chapter 4

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
Topik bahasan : Landasan Ilmiah Pendidikan Jasmani
Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan beberapa landasan ilmiah Penjas
Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
11	1. Mahasiswa dapat menjelaskan landasan ilmiah Penjas	a. Landasan biologi b. Landasan sosial c. Landasan psikologi	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Mahendra, 2004, Bab 1 - Sumber lain

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Profesi dalam Penjas dan Olahraga
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan khasanah profesi dalam bidang Penjas dan Olahraga
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Perte-muan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
12	1. Mahasiswa dapat menjelaskan khasanah profesi dalam bidang Penjas dan olahraga	a. Profesi dalam Olahraga persekolahan b. Profesi dalam olahraga prestasi c. Profesi dalam olahraga rekreasi d. Profesi dalam fasilitas dan manajemen e. Profesi bidang lainnya	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 5 - Siedentop, 1990, Chapter 6

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Permasalahan dan Isu dalam Olahraga
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan berbagai permasalahan dan isu dalam olahraga
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
13	1. Mahasiswa dapat menjelaskan berbagai permasalahan dan isu dalam olahraga	a. Problems sosial b. Kooperasi dan Kompetisi c. Olahraga anak-anak dan remaja d. Kesetaraan dalam olahraga e. Sistem olahraga f. Isu pendidikan dalam olahraga	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 15 - Siedentop, 1990, Chapter 7

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Olahraga Persekolahan dan Perguruan Tinggi
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan ruang lingkup dan permasalahan olahraga persekolahan dan PT
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Perte- muan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
14	1. Mahasiswa dapat menjelaskan ruang lingkup dan permasalahan olahraga persekolahan dan perguruan tinggi	a. Sistem olahraga b. Olahraga di perguruan tinggi (PT) c. Olahraga persekolahan d. Badan pembina (BAPOMI dan BAPOPSI) e. Studi komparatif sistem keolahragaan	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Freeman, 2000, Chapter 11 - Siedentop, 1990, Chapter 6 - Sumber lain.

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode & Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (MKU)
 Topik bahasan : Olahraga Masyarakat
 Tujuan Pembelajaran Umum : Para mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan ruang lingkup olahraga masyarakat
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali

Pertemuan	Tujuan pembelajaran khusus (performansi/indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media & Buku sumber
15	1. Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan permasalahan olahraga masyarakat	a. Konsep Sport for All b. Olahraga masyarakat atau olahraga rekreasi? c. Wellness dan lifestyle dalam lifespan sport	Menyimak kuliah dari dosen, mengajukan pertanyaan, mencari contoh, mengerjakan latihan, diskusi.	Mendiskusikan isi naskah dalam kelompok kecil dan menyajikan hasil temuan dari diskusi. Kuis lisan di akhir pembelajaran.	- LCD/OHP - Siedentop, 1990, Chapter 22

Pertemuan 16: Ujian Akhir Semester (UAS)

Freeman, William. 2000. *Physical Education and Sport in a Changing Society*. Minneapolis, MN. Burgess.

Mahendra, Agus. 2004. Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani. *Modul*. FPOK UPI

Siedentop Daryl. 1990. *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. Mountain View, California. Mayfield Publishing Company;