

DESKRIPSI DAN SILABUS MATA KULIAH

MKU - Pendidikan Jasmani dan Olahraga- S1, 2 SKS, Semester 3

Mata kuliah ini adalah mata kuliah pengantar yang membekali mahasiswa FPOK dengan konsep dan pengertian tentang Pendidikan Jasmani, aktivitas fisik, permainan, dan olahraga sebagai fenomena budaya di masyarakat. Di samping itu dikembangkan juga pemahaman tentang kedudukan, fungsi, serta esensi pendidikan jasmani, olahraga, serta permainan dan rekreasi, hubungan antara olahraga dengan kebugaran dan kesehatan, serta perkembangan pendidikan jasmani dan olahraga serta rekreasi dari waktu ke waktu. Dalam perkuliahan ini dibahas juga tentang organisasi keolahragaan, baik dalam lingkup olahraga masyarakat, olahraga pendidikan serta olahraga prestasi. Perkuliahan dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan ceramah dan diskusi, visualisasi, tugas dan latihan, di samping memperbesar kesempatan pada mahasiswa untuk bereksplorasi. Pembelajaran dilaksanakan dengan menggunakan media OHP dan LCD. Penguasaan mahasiswa dinilai dengan tes yang dilaksanakan pada UTS dan UAS, di samping dari tugas dan keaktifan mereka dalam diskusi. Buku sumber utama: Mahendra, Agus (2001). *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani (2004). Modul*; Siedentop Daryl. 1990. *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. Mountain View, California. Mayfield Publishing Company; Freeman, William. 2000. *Physical Education and Sport in a Changing Society*. Minneapolis, MN. Burgess.

Silabus

1. Identitas Mata Kuliah:

Nama Mata Kuliah	: Pendidikan Jasmani dan Olahraga
Nomor Kode	: MKU
Jumlah SKS	: 2 SKS
Semester	: 1 - 2
Kelompok Mata Kuliah	: MKU
Program Studi	: PJKR – PKO - IKOR S1
Status Mata Kuliah	: Mata Kuliah Dasar
Prasyarat	: Tidak ada
Dosen	: Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd. Drs. Agus Mahendra, MA. Drs. Sucipto, M.Kes. Drs. Bambang Abduljabar, M.Pd.

2. Tujuan

Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa mampu memahami konsep, kedudukan, dan esensi penjas, olahraga, permainan, rekreasi, serta aktivitas fisik lainnya, di samping mampu menjelaskan perbedaan makna antara penjas dan pendidikan olahraga, hubungan

antara olahraga dan kesehatan, pengaruh latihan terhadap kebugaran, perkembangan paradigma olahraga dan pendidikan jasmani dari masa ke masa serta landasan ilmiah pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga.

3. Deskripsi

Mata kuliah ini adalah mata kuliah dasar yang membekali mahasiswa FPOK dengan pemahaman tentang gerak, aktivitas fisik, permainan, dan olahraga. Di samping itu MK ini berisi pemahaman tentang kedudukan, fungsi, serta esensi pendidikan jasmani, olahraga, serta permainan dan rekreasi, hubungan antara olahraga dengan kebugaran dan kesehatan. Perkuliahan juga mengkaji perkembangan organisasi keolahragaan, baik dalam lingkup olahraga masyarakat, olahraga pendidikan serta olahraga prestasi.

4. Pendekatan Pembelajaran

- Metode : Ceramah, diskusi, dan pengkajian atau ekspositori.
- Tugas : mengkaji konsep dan prinsip, laporan buku, makalah, tugas kelompok.
- Media : OHP, LCD Projector, TV.

5. Evaluasi

Kehadiran
Partispasi diskusi
Tugas-tugas
UTS
UAS

6. Rincian Materi Perkuliahan tiap Pertemuan

Pertemuan 1: Pemaparan ruang lingkup perkuliahan, tugas-tugas serta kewajiban mahasiswa.

Pertemuan 2: Konsep, Kedudukan dan Makna Pendidikan Jasmani

Pertemuan 3: Hakikat Pendidikan Jasmani, Olahraga, Permainan, dan Rekreasi

Pertemuan 4: Perubahan Filosofis dari Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kebugaran.

Pertemuan 5: Konsep dasar Olahraga, Bermain dan Permainan.

Pertemuan 6: Konsep dasar Kebugaran.

Pertemuan 7: Konsep dasar Latihan

Pertemuan 8: Ujian Tengah Semester (UTS)

Pertemuan 9: Perbedaan Makna Penjas dan Pendidikan Olahraga

Pertemuan 10: Pendidikan Jasmani dan Perubahan Paradigmanya

Pertemuan 11: Landasan Ilmiah Pelaksanaan Pendidikan Jasmani

Pertemuan 12: Profesi dalam Olahraga dan Pendidikan Jasmani

Pertemuan 13: Permasalahan dan Isu dalam Olahraga

Pertemuan 14: Olahraga Persekolahan dan Perguruan Tinggi

Pertemuan 15: Olahraga di Masyarakat

Pertemuan 16: Ujian Akhir Semester (UAS)

7. Daftar Buku

Referensi Utama:

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

Mahendra, Agus (2001). Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani (2004). *Modul*. FPOK UPI

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