

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER
PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA TANGAN**



Dosen:

Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd

Alit Rahmat, M.Pd

Agus Gumilar, M.Pd.

Marisa Noviyanti Fajrah Iلسya M.Pd.

**PROGRAM STUDI PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2020**

	RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER	No.Dok : FPOK-UPI-RPS-JK-420
	(Pembelajaran Bola Tangan)	Revisi : 02
		Tanggal : 25 Agustus 2020 Halaman: 1-12 Halaman
Dibuat Oleh: Dr. H. Yuyun Yudiana, M.Pd NIP 196506141990011001	Diperiksa Oleh:  <u>Dr. Sucipto, M.Kes. AIFO</u> NIP. 196106121987031000	Disetujui Oleh:  <u>Dr. Yusuf Hidayat, M.Si.</u> NIP. 196808301999031001
Dosen	TPK Prodi	Ketua Program Studi PJKR

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

1. Identitas Mata kuliah

Nama Program Studi : S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Nama Mata kuliah : Pembelajaran Bola Tangan
Kode Mata kuliah : JK 420
Kelompok Mata kuliah : Mata Kuliah Keahlian Pilihan Program Studi (MKKPPS)
Bobot sks : 2 (dua)
Semester : 4 (empat)
Prasyarat : -
Status (wajib/ pilihan) : Pilihan
Dosen dan Kode Dosen : Dr. H. Yuyun Yudiana, M.Pd. (1419)
Agus Gumilar, M.Pd (2862)
Alit Rahmat, M.Pd (2369)
Marisa noviyanti Fajrah Ilsya, M.Pd.

2. Deskripsi Mata kuliah

Mata Kuliah ini berisikan tentang sejarah permainan bola tangan mulai dari ditemukannya permainan bola tangan, perkembangan bola tangan mulai dari Eropa, Amerika, Asia sampai ke Indonesia. perkuliahan ini juga membahas tentang keterampilan dasar bola tangan, teknik dasar dan taktik permainan bola tangan, sampai peraturan permainan bola tangan.

3. Capaian Pembelajaran Program Studi (CPPS)

Sikap

- S1 Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius
- S2 Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika
- S3 Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan kemajuan peradaban berdasarkan Pancasila
- S9 Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri
- S11 Bersikap dan berperilaku ilmiah, edukatif dan religius.

Pengetahuan

- P1 Memahami konsep-konsep pedagogik untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani.
- P2 Memahami konsep-konsep teoritis pendidikan jasmani yang mendukung pembelajaran pendidikan jasmani
- P7 Memahami konsep-konsep teoritis ilmu keolahragaan untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani
- P8 Memahami konsep-konsep teknik cabang olahraga untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani

Keterampilan Umum

- KU1 Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya
- KU2 Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur
- KU5 Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data

Keterampilan Khusus

- KK1 Memiliki keterampilan menerapkan konsep dan prinsip pedagogik dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani.
- KK2 Memiliki keterampilan untuk menerapkan konsep-konsep teoritis pendidikan jasmani yang mendukung pembelajaran pendidikan jasmani
- KK7 Memiliki keterampilan untuk menerapkan konsep-konsep teoritis ilmu keolahragaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani
- KK8 Memiliki keterampilan untuk menerapkan konsep-konsep teknik cabang olahraga untuk melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani

4. Capaian Pembelajaran Matakuliah (CPM)

- M1 Mengetahui, memahami, dan menjelaskan konsep dasar permainan bola tangan
- M2 Memiliki keterampilan bermain bola tangan
- M3 Memiliki keterampilan mengajar dalam pembelajaran permainan bola tangan disekolah
- M4 Mengetahui, memahami, dan menjelaskan konsep perwasitan, dan organisasi sistem pertandingan dalam olahraga bola tangan
- M5 Memodifikasi pembelajaran permainan bola tangan disekolah.
- M6 Membuat Rencana Program Pembelajaran dalam konteks pembelajaran disekolah

5. Deskripsi Rencana Pembelajaran

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
1	2.1.1 Mahasiswa Dapat memahami dan menjelaskan konsep permainan bola tangan	1.1 Konsep Permainan Bola tangan: a. pengertian Bola tangan b. perbedaan permainan dan pertandingan bola tangan c. keterampilan dasar permainan bola tangan d. aplikasi permainan bola tangan dalam pembelajaran jasmani	Mendengarkan penjelasan dosen, diskusi, tanya jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring	2 x 50 menit	Mencari dan mendiskusikan konsep-konsep olahraga serta penerapannya dalam pembelajaran	3,9,11

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
			(Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)			
2	2.1.2 Mahasiswa Dapat memahami dan menjelaskan sejarah awal permainan bola tangan di dunia sampai masuk dan berkembang di Indonesia	2.1 Sejarah Permainan Bola tangan: a. Eropa b. Amerika c. Asia d. Indonesia	Mendengarkan penjelasan dosen, diskusi, tanya jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mendiskusikan konsep-konsep olahraga serta penerapannya dalam pembelajaran	3,5,9,11
3	9.1.1 Mahasiswa Dapat Mempraktekkan Keterampilan dasar melempar dan menangkap bola (Javelin Pass)	3.1 Keterampilan dasar melempar dan menangkap Bola: a. Javelin Pass	Dosen Mendemonstrasikan, praktek, latihan/drill Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan melempar javelin pass	5,6,10
4	9.1.2 Mahasiswa Dapat	4.1 Keterampilan dasar melempar dan menangkap Bola:	Dosen mendemonstra	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan	5,6,10

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	mempraktekkan keterampilan dasar melempar dan menangkap bola (over head pas dan Under hand Pass)	a. Over Head Pass b. Under hand Pass c. Kombinasi lemparan	sikan, latihan , praktek Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)		bentuk-bentuk latihan melempar dan menangkap bola dikaitkan dengan over head pass dan under hand pass	
5	9.1.3 Mahasiswa mempraktekkan keterampilan dasar menembak /Shooting : Side shoot dan reverse shoot	5.1 Keterampilan menembak Boa (Shooting): a. Side Shoot b. Reverse Shoot c. Kombinasi side shoot dan reverse shoot	Dosen mendemonstrasikan, Latihan, praktek, Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mencoba mempraktekkan bentuk-bentuk latihan menembak bola dikaitkan dengan side shoot dan reverse shoot	5,6,10
6	9.1.4 Mahasiswa mempraktekkan keterampilan dasar menembak /Shooting boa (Standing shoot dan Jumping shoot)	6.1 Keterampilan menembak Boa (Shooting): a. Standing shoot b. Jumping shoot c. Kombinasi standing shoot dan jumping shoot	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan menembak bola dikaitkan dengan standing	5,6,10

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
					shoot dan jumping shoot	
7	9.1.5. Mahasiswa dapat mempraktekkan keterampilan menembak bola (flying shoot)	7.1 Keterampilan menembak Boa (Shooting): a. Standing shoot	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan flying shoot	5,6,10
8						
9	9.1.6. Mahasiswa dapat mempraktekkan keterampilan menembak bola (fall shoot dan dive shoot)	9.1 Keterampilan menembak Boa (Shooting): a. fall shoot b. dive shoot	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan fal shoot dan dive shoot	5,6,10

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
10	9.1.7. Mahasiswa dapat mempraktekkan keterampilan mendribble bola dikaitkan dengan meempat dan menangkap	10.1 Keterampilan menembak Bola (Shooting): a. fall shoot b. dive shoot	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan mendribble serta melempar dan menangkap bola	5,6,10
11	9.1.8. Mahasiswa dapat mempraktekkan keterampilan dasar bermain dalam permainan kecil (ini games)	11.1 Mini Games: a. Lempar tangkap bola b. shoot to the target c. kompetisi	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan keterampilan dasar bermain dikaitkan dengan penerapan aturan permainan	5,6,10
12	2.1.3. Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan serta mempraktekkan	12.1 Strategi dan taktik permainan: a. Pola Menyerang	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek,	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan pola	3,4,8,9,12

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	taktik dan strategi permainan (pola Menyerang)		diskusi, tanya jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)		menyerang daam permainan bola tangan	
13	2.1.4. Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan serta mempraktekkan taktik dan strategi permainan (pola Bertahan)	13.1 Strategi dan taktik permainan: a. Pola bertahan	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek, diskusi, tanya jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan pola bertahan dalam permainan bola tangan	3,4,9,12
14	9.1.9. Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan serta mempraktekkan taktik dan strategi	14.1 Strategi dan taktik permainan: a. Pola bertahan b. Pola menyerang c. kombinasi menyerang dan	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek, diskusi, tanya	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan bentuk-bentuk latihan pola bertahan dan	3,4,8,9,12

Pert.	Indikator Capaian Pembelajaran Matakuliah	Bahan Kajian	Bentuk Pembelajaran	Waktu	Tugas dan Penilaian	Rujukan
	permainan	bertahan d. aplikasi poa menyerang dan bertahan daam permainan sesungguhnya	jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)		menyerang dalam permainan bola tangan	
15	9.1.10. Mahasiswa dapat memahami dan menjelaskan serta mempraktekkan sistem organisasi permainan dan pertandingan bola tangan	15.1 sistem organisai Bola Tangan: a. auran permainan b. aturan pertandingan c. praktek mewasiti d. simualasi perandingan bola tangan	Dosen mendemonstrasikan, latihan, praktek, diskusi, tanya jawab Perkuliahan dilaksanakan secara daring atau luring (Via Aplikasi zoom, google meeting, dll)	2 x 50 menit	Mencari dan mempraktekkan aturan-aturan permainan dan pertandingan bola tangan	1,,2,7,11
16	UJIAN AKHIR SEMESTER					

6. Daftar Rujukan

1. Ferrari, W. R., Sarmiento, H., & Vaz, V. (2019). Match analysis in handball: a systematic review. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 8(2), 63-76.
2. Luteberget, L. S., Holme, B. R., & Spencer, M. (2018). Reliability of wearable inertial measurement units to measure physical activity in team handball. *International journal of sports physiology and performance*, 13(4), 467-473.
3. Karcher, C., & Buchheit, M. (2014). On-court demands of elite handball, with special reference to playing positions. *Sports medicine*, 44(6), 797-814.
4. Buchheit, M., Laursen, P. B., Kuhnle, J., Ruch, D., Renaud, C., & Ahmaidi, S. (2009). Game-based training in young elite handball players. *International journal of sports medicine*, 30(4), 251.
5. Haris, Ridwan. (1986). *Permainan Bola Tangan*, Bandung: FPOK-UPI
6. Mahendra, Agus (2002). *Bola Tangan*, Jakarta: Dikti
7. Asian Hand Ball Federation (AHF). *Rules of the games of Handball*: Kuwait 1998
8. I.H.F (International Handball Federation.(2000). *Commission of coaching and Methods hand ball*. Dutchland
9. Pennycook, Lindsay & sykes, Robin(1980). *Olympic handball*. Stanley & Paul : Co.Ltd
10. Rowland, B.J. (1970). *HandBall a Complete Guide*: London
11. www. IHF. com
12. www. AHF.com

7. Instrumen Penilaian

Penilaian mata kuliah mempertimbangkan beberapa aspek sebagai berikut:

- a. Jumlah kehadiran minimal 80 %
- b. Tugas mandiri dan penyusunan makalah
- c. Reviu artikel
- d. Ujian Tengah Semester (UTS)
- e. Ujian Akhir Semester (UAS)

Format penilaian yang digunakan adalah:
 Hasil penilaian kemudian dikonversi sebagaimana berikut:

Tabel Konversi Nilai

Keterangan Nilai			Tingkat Kemampuan	Keterangan
Huruf	Angka	Derajat Mutu		
A	4,0	Istimewa	90 - 100	
A -	3,7	Hampir Istimewa	85 - 89	
B +	3,4	Baik Sekali	80 - 84	
B	3,0	Baik	75 - 79	
B -	2,7	Cukup Baik	70 - 74	
C +	2,4	Lebih dari Cukup	65 - 69	
C	2,0	Cukup	60 - 64	Batas minimum kelulusan jenjang S-2 dan S-3
D	1,0	Kurang	55 - 59	Batas kelulusan jenjang D-3 dan S-1
E	< 1,0	Gagal	Lebih kecil dari 55	Harus mengontrak ulang

Bandung, Agustus 2020
 Dosen Pengampu

Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd.