

UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR

BATAS MATERI KULIAH

Mata Kuliah : PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA SD

Semester / SKS : 5 / 2

Dosen Pengampu : DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd

Kelas/Tahun Akd: C / 2023/2024 Ganjil

Dosen Pengajar :

NO	HARI/TGL	MATERI	PARAF
1	05/08/2023	Kontrak Perkuliahan Pengenalan Penjas SD	Pu
2	12/08/2023	Tujuan Penjas SD	Pu
3	19/08/2023	Peranan dan manfaat Penjas SD	Pu
4	26/08/2023	Tujuan keterampilan gerak pada Penjas SD	Pu
5	02/09/2023	Tujuan Penjas SD sesuai dengan karakteristik usia	Pu
6	09/09/2023	Prinsip ^{ka} Penjas SD	Pu
7	16/09/2023	Arur ^{ka} Penjas SD	Pu
8	23/09/2023	UTS	Pu
9	30/9/2023	Pertumbuhan FISIK	Pu
10	7/10/2023	Kebutuhan gerak anak	Pu
11	14/10/2023	Permainan kecil	Pu
12	09/11/2023	Modifikasi permainan dalam olahraga	Pu
13	11/11/2023	Praktik	Pu
14	18/11/2023	Praktik	Pu
15	25/11/2023	Praktik	Pu
16	02/12/2023	UAS	Pu

Mengetahui,
Ketua Program Studi



MUHAMMAD SYAHRUL RIZAL, S.Pd, M.Pd

Bangkinang, 16 Februari 2024

Dosen Pengajar



DEDI AHMADI, S.Pd, M.Pd

CATATAN :

- Jumlah tatap muka / pertemuan mahasiswa tidak boleh kurang dari 80%
- Absensi perkuliahan secara digital, data kehadiran diambil dari sistem secara otomatis
- Pakain untuk mahasiswa : tidak boleh memakai sandal, kaos oblong, sandal, anting, kalung, gelang
- Pakaian untuk mahasiswi : Tidak boleh memakai sandal, kaos ketat dan baju transparan

NO	NIM	NAMA	NILAI HURUF
1	2186206040	DANDI PRATAMA	A-
2	2186206052	DINA NOVITA	A
3	2186206057	EGIDIA BR SINAGA	A
4	2186206183	TRISNAWATI	A
5	2186206187	VIONA LORENZA	A
6	2186206200	BAYU SENO KUSUMA	A
7	2186206201	DINDA NOVELIA	A
8	2186206202	FARHANISSA	A
9	2186206203	HASNIL AULIA	A
10	2186206204	JIHAN ARIKA FITRIYAH	A
11	2186206205	MUHAMMAD ANDRI	A
12	2186206206	NOVIKA SAKSTIWI	A
13	2186206207	NOVITA PRATIWI	A
14	2186206208	RAHMAT YUDI GUNTARA	A
15	2186206209	RAHMA WATI	A
16	2186206211	ROSANTI	A
17	2186206212	SARNIATI	A
18	2186206213	SHOFIE ALNA WULANDARI	A
19	2186206214	SITI KHAIRUNNISA	A
20	2186206215	VINA DESRI RAMA PUTRI	A
21	2186206216	YULIA RIZKA AMELIA	A
22	2186206217	ZAHRA NUR FADILLAH DLT	A
23	2186206226	NUR AVIVA ZAHARA	A
24	2186206235	T. FIYONA ELFIA	A
25	2186206236	AMRIZAL	A



UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Mata Kuliah	Kode MK	Rumpun MK	Bobot (sks)	Semester	Tanggal Penyusunan
Penjas SD		Mata Kuliah Keahlian Prodi	2	3	1 Juli 2023
		Dosen Pengembang RPS	Dosen Pengampu MK	Ketua Prodi	
		Dedi Ahmadi, M.Pd.	Dedi Ahmadi, M.Pd.	Iska Noviardila, M.Pd.	
Capaian Pembelajaran (CP)	<p>CPL Prodi</p> <p>SIKAP:</p> <ol style="list-style-type: none"> Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika (S2) Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara berdasarkan Pancasila (S4) <p>PENGETAHUAN:</p> <ol style="list-style-type: none"> Menguasai prinsip dan teori pendidikan di sekolah dasar (P1). Menguasai konsep tentang karakteristik perkembangan peserta didik di sekolah dasar, baik perkembangan fisik, psikologis, dan social (P2). <p>KETERAMPILAN UMUM:</p> <p>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 (KU1)</p> <p>KETERAMPILAN KHUSUS:</p> <ol style="list-style-type: none"> Mampu menerapkan prinsip dan teori pendidikan melalui perancangan dan pelaksanaan pembelajaran di sekolah dasar secara bertanggung jawab (KK1) Mampu menerapkan konsep tentang karakteristik perkembangan peserta didik baik perkembangan fisik, psikologis, dan sosial melalui perancangan dan pelaksanaan pembelajaran di sekolah dasar (KK2) 				
	<p>CP-MK</p> <ol style="list-style-type: none"> Mahasiswa mampu menguasai hakikat, pengertian Penjas SD Mahasiswa mampu menjelaskan tentang filsafat Penjas SD Mahasiswa mampu menjelaskan dan mempraktikkan jenis Olahraga di SD 				
Deskripsi Singkat MK	Tentang asas pendidikan jasmani yang menjadi landasan sebagai bagian dari pendidikan, meliputi hakikat pendidikan jasmani, tujuan, serta pertumbuhan dan perkembangan anak. Setelah mempelajari modul ini, dengan menggunakan pengalaman dan wawasan mengenai kegiatan dalam pendidikan jasmani, diharapkan Anda dapat menganalisis penerapan kegiatan pendidikan jasmani dalam konteks pendidikan di sekolah dasar.				
Materi Pembelajaran/ Pokok Bahasan	<ol style="list-style-type: none"> Hakikat pendidikan jasmani Konsep pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Nilai-nilai sosial pendidikan jasmani. 				

	4. Filsafat pendidikan jasmani 5. Pengertian pendidikan jasmani. 6. Tujuan pendidikan jasmani. 7. Prinsip-prinsip dalam pendidikan jasmani 8. Nilai-nilai dalam pendidikan jasmani 9. Mengidentifikasi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan gerak 10. Mengidentifikasi kebutuhan gerak anak 11. Modifikasi pemanasan dalam olahraga				
Pustaka	Rujukan Utama: Budiamin, Amin. Hafidz Dedi. Daim. (2006). Perkembangan Peserta Didik, Bandung: UPI Press. Rujukan Pendukung: Hurlock, E.B 1991. Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan. Alih Bahasa Istiwidayanti. Jakarta; Erlangga. Hurlock, E. 1993. Perkembangan Anak, jilid 1. a.b Meitasari Tjandrasa dan Muslichah. Jakarta: Erlangga Hurlock, Elizabeth B.1993. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Penerbit Erlangga. Jakarta. Santrock, J.W. 2002. Life-Span Development, Jilid I, (Terjemahan).Jakarta: Erlangga. Santrock, J.W.S. 1997. Life Span Development. Sidney: Brown and Benckark. Semiawan, Conny R. (1999).Perkembangan dan Belajar Peserta Didik, Bandung: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Setiono, Kusdwiratri. (2009). Psikologi Perkembangan, Bandung: Penerbit Widya Padjadjaran. Sumantri, Mulyani. Syaodih, Nana. (2008). Perkembangan Peserta Didik, Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka. Sunarto, H. Hartono, B. Agung. (2008). Perkembangan Peserta Didik, Jakarta: Penerbit Rineka Cipta				
Media Pembelajaran	1. Projector 2. <i>Mind Mapping</i> 3. Lapangan				
Team Teaching					
Matakuliah Prasyarat	-				
Minggu Ke-	Kemampuan Akhir yang diharapkan (Sub-CP MK)	Indikator	Materi Pembelajaran	Metode Pembelajaran	Kriteria, Bentuk dan Bobot Penilaian
1	Orientasi perkuliahan	1. Kontrak perkuliahan 2. Perkenalan 3. Silabus / RPS	Menjelaskan kontrak perkuliahan dan RPS	-	-
2	Mahasiswa mampu menjelaskan tentang hakekat pendidikan jasmani SD.	1. Hakikat Pendidikan jasmani 2. Menjelaskan hakekat pendidikan jasmani SD	Hakikat pendidikan jasmani	1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan

					jawaban Bobot 10%
3	Mahasiswa mampu menjelaskan Nilai-nilai sosial pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menerangkan Nilai-Nilai sosial Penjas 2. Menerangkan nilai sosial penjas SD 3. Menerangkan Karakteristik anak SD dengan kehidupan sosial berolahraga 	Nilai-nilai sosial Penjas SD	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
4	Mahasiswa mampu menjelaskan Pengertian pendidikan jasmani secara keseluruhan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menerangkan Pendidikan Jasmani di SD secara keseluruhan 2. Menerangkan keterampilan gerak pada penjas SD 3. Pentingnya Kebugaran dan kesehatan pada usia dini 	Pengertian pendidikan jasmani secara keseluruhan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
5	Mahasiswa mampu menjelaskan Tujuan pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menerangkan tujuan penjas SD 2. Menerangkan tujuan penjas SD sesuai dengan karakteristik usia 	Tujuan pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
6	Mahasiswa mampu menjelaskan Prinsip-prinsip dalam pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan prinsip-prinsip penjas SD 2. Mengimplementasikan prinsi-prinsip penjas SD kedalam bentuk kagiatan olahraga 	Prinsip-prinsip dalam pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses

					berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
7	Mahasiswa mampu menjelaskan Nilai-nilai dalam pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mampu menjelaskan nilai-nilai pendidikan jasmani di SD 2. Mampu menjelaskan nilai-nilai penjas SD secara keseluruhan 	Nilai-nilai dalam pendidikan jasmani	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
8	Ujian Tengah Semester				
9	Mahasiswa mampu Mengidentifikasi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan gerak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi pertumbuhan fisik 2. Mengidentifikasi gerak 3. Melakukakn koordinasi tentang perkembangan fisik dan kemampuan gerak 	Mengidentifikasi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan gerak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
10	Mahasiswa mampu Mengidentifikasi kebutuhan gerak anak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi kebutuhan anak untuk berolahraga 2. Jenis-jenis motivasi anak untuk berolahraga 3. Kebutuhan anak akan bergerak 	Mengidentifikasi kebutuhan gerak anak	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 2. Ekspositori, dan 3. Diskusi 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
11	Mahasiswa mampu menjelaskan Modifikasi pemanasan dalam olahraga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat jenis permainan kecil dalam bentuk aktifitas olahraga 	Modifikasi pemanasan dalam olahraga	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tugas Kelompok 2. Tugas Individu (menyusun ringkasan) 	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: <ol style="list-style-type: none"> 1. Makalah kelompok

		2. Mempraktikkan jenis permainan kecil kedalam sebuah aktifitas		materi) 3. Ekspositori, dan 4. Diskusi	2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
12	Mahasiswa mampu menjelaskan Modifikasi pemanasan dalam olahraga	1. Mampu membuat dan menjelaskan modifikasi pemanasan yang dibuat 2. Mampu mempraktikkan jenis-jenis pemanasan dalam olahraga	Modifikasi pemanasan dalam olahraga	1. Tugas Kelompok 2. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 3. Ekspositori, dan 4. Diskusi	Kriteria: Kemampuan simulasi & penguasaan materi Bentuk non test: 1. Simulasi 2. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
13	Praktik Lapangan Modifikasi pemanasan dalam olahraga	1. Melakukan penjelasan terkait jenis pemanasan yang di buat seperti seorang guru 2. Mempraktikkan dengan beranggotakan semua anggota kelas	Modifikasi pemanasan dalam olahraga	3. Tugas Kelompok 4. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 5. Ekspositori, dan 6. Diskusi	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 5%
14	Praktik Lapangan Modifikasi pemanasan dalam olahraga	1. Melakukan penjelasan terkait jenis pemanasan yang di buat seperti seorang guru 2. Mempraktikkan dengan beranggotakan semua anggota kelas	Modifikasi pemanasan dalam olahraga	1. Tugas Kelompok 2. Tugas Individu (menyusun ringkasan materi) 3. Ekspositori, dan 4. Diskusi	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test: 1. Makalah kelompok 2. Resume Individu 3. Kemampuan Presentasi 4. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
15	Praktik Lapangan Modifikasi pemanasan	1. Melakukan penjelasan terkait jenis pemanasan	Modifikasi pemanasan dalam olahraga	individu	Kriteria: Penguasaan materi Bentuk non test:

	dalam olahraga	yang di buat seperti seorang guru 2. Mempraktikkan dengan beranggotakan semua anggota kelas			1. Kemampuan Presentasi 2. Partisipasi selama proses berupa menanggapi, bertanya, dan memberikan jawaban Bobot 10%
16	Ujian Akhir Semester				