



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS BIOMEKANIKA OLAHRAGA

No: SIL/IOF 224/04

Revisi : 00

Tgl.1 Feb.2011

Hal.2-3

Semester 4

-

16 X Pertemuan

IV. Skema Kerja

| No. KD | Standar Kompetensi | Kompetensi Dasar | Estimasi waktu (...x 50') | Referensi, halaman |
|--------|---|--|---------------------------|--------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. | Mengenal & mendefinisikan pengertian dan ruang lingkup kajian Biomekanika | Pengertian dan ruang lingkup kajian Biomekanika Olahraga | 2x50' | Buku 1,2 |
| 2. | Mengenal gerak lurus dan gerak lurus berubah beraturan | Gerak lurus dan gerak lurus berubah beraturan | 2x50' | Buku 2 |
| 3. | Mengenal Gerak Parabola | Gerak Parabola | 2x50' | Buku 1,3 |
| 4. | Mengenal Hukum-Hukum Newton | Hukum Newton tentang gerak | 2x50' | Buku 2,3 |
| 5. | Mengenal momentum dalam olahraga). | Impuls dan momentum | 2x50' | Buku 1,2 |
| 6. | Mengenal tumbukan dan elastisitas dalam olahraga). | Tumbukan | 2x50' | Buku 1,3 |
| 7. | Mengenal usaha dan power dalam olahraga | Usaha dan power | 2x50' | Buku 1,3 |
| 8. | Mengenal macam-macam keseimbangan dan derajat keseimbangan | Keseimbangan | 2x50' | Buku 1,2 |
| 9. | Mengenal cara kerja | Pengungkit | 2x50' | Buku 1,3 |

Dibuat Oleh :


TIM PENGAMPU

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa Oleh :


Kajur POR