



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SILABUS KETERAMPILAN DASAR ATLETIK**

No.SIL/PKO 311/15

Revisi : 00

Tgl. 1 Agt 08

Hal 1 dari 3

Semester 1

-

32 X Pertemuan

**SILABUS MATA KULIAH**

Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Nama Mata Kuliah : Metode Melatih Fisik Bolabasket  
Kode Mata Kuliah : PBB 304  
Jumlah SKS : 3 (Teori 1 SKS dan Praktek 2 SKS)  
Semester : I (Satu)  
Dosen : Budi Aryanto, M.Pd.

**I. DESKRIPSI MATA KULIAH**

Mata kuliah ini membahas tentang sistem pembinaan fisik umum dan khusus dalam permainan bolabasket, mempraktikkan model pembinaan fisik bersamaan dengan pengembangan teknik dasar, dan model pembinaan fisik bersamaan dengan bermain.

**II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH**

Mahasiswa memiliki pengetahuan, ketrampilan, sikap, evaluasi, dan mampu melatih sistem pembinaan fisik umum dan khusus dalam permainan bolabasket; mempraktikkan model pembinaan fisik bersamaan dengan pengembangan teknik dasar, dan model pembinaan fisik bersamaan dengan bermain.

**III. REFERENSI/SUMBER BAHAN**

**Wajib:**

1. Bumpa Tudor O (1990) Theory and Metodology of Training. Dubuge Iowa: Kendal/Hunt Publishing Company.
2. Wissel Hal (1996) *Bola Basket Dilengkapi dengan Program Pemahiran Teknik dan Taktik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

*Dibuat Oleh :*

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

*Diperiksa Oleh :*

TIM PENGAMPU

*K.A.U.R.P.K.I*



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SILABUS KETERAMPILAN DASAR ATLETIK**

No.SIL/PKO 311/15

Revisi : 00

Tgl. 1 Agt 08

Hal 1 dari 3

Semester 1

-

32 X Pertemuan

3. Wooden John R (1985) *Practical Modern Basketball 2<sup>nd</sup> Edition*. New York: Macmillan Publishing Company.

**IV. RENCANA KEGIATAN**

**V. EVALUASI**

No	Komponen Evaluasi	Bobot (%)
1	Partisipasi Kuliah	10
2	Tugas-tugas	15
3	Presentasi	20
4	Ujian Tengah Semester	20
5	Ujian Semester	35
	<b>Jumlah</b>	<b>100</b>

**Yogyakarta, 15 Maret 2010**

**Mengetahui  
Ketua Jurusan PKO**

**Dosen**

**Endang Rini Sukamti, M.S.  
NIP 19600407 198601 2 001**

**Budi Aryanto, M.Pd.  
NIP 19690215 200012 1 001**

*Dibuat Oleh :*

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

*Diperiksa Oleh :*

TIM PENGAMPU

*K.A.GUR.PKI*



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**SILABUS KETERAMPILAN DASAR ATLETIK**

**No.SIL/PKO 311/15**

**Revisi : 00**

**Tgl. 1 Agt 08**

**Hal 1 dari 3**

**Semester 1**

**-**

**32 X Pertemuan**

*Dibuat Oleh :*

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

*Diperiksa Oleh :*

**TIM PENGAMPU**

*K.A.G.U.R.P.K.I*