



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

SILABUS MATAKULIAH AKTIVITAS RITMIK

No Silabus

Revisi : 00

Tgl.

Hal.... dari

Semester 3

-

15 X Pertemuan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Mata Kuliah : Pengajaran Senam
Kode Mata Kuliah : PJM312
Sks : 1 SKS (Praktek)
Semester : 5
Mata Kuliah Prasyarat : -
Dosen : Dr. Sri Winarni, M.Pd
Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd
Farida Mulyaningsih, M.Kes
Heri Purwanto, M.Pd
F. Suharjana, M.Pd

I. DESKRIPSI MATA KULIAH

Mata kuliah ini membekali mahasiswa dengan pengetahuan dan keterampilan tentang metodik mengajar senam: aktivitas ritmik dan senam artistik. Diawali dengan pengetahuan tentang didaktik dan metodik mengajar senam, dilanjutkan keterampilan mengajar senam aerobik, senam irama, dan senam lantai, dan senam menggunakan alat (box). Mahasiswa praktik memilih dan menyusun materi secara sistematis. Diakhiri dengan praktik mengajarkan materi yang telah dipilih bersama kelompoknya. Kompetensi utuh yang diharapkan mahasiswa memiliki pengetahuan dan keterampilan mengajar senam dengan susunan metodik yang benar.

II. STANDAR KOMPETENSI MATA KULIAH

Mendesripsikan metodik senam
Merencanakan pengajaran senam
Mempraktikan mengajar senam
Mengevaluasi pembelajaran senam

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



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

SILABUS MATAKULIAH AKTIVITAS RITMIK

No Silabus

Revisi : 00

Tgl.

Hal.... dari

Semester 3

-

15 X Pertemuan

III. RENCANA KEGIATAN

Tatap Muka	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi Perkuliahan	Sumber Bahan/ Referensi
1	Memahami konsep metodik	Metodik senam	Penjelasan Ilustrasi	Agus Mahendra
2	Memahami dan mengidentifikasi susunan mengajar senam aerobik	Metodik senam aerobik	Penjelasan Demonstrasi dan penugasan	Woeryati, Soekarno
3	Memahami dan mengidentifikasi susunan mengajar senam irama	Metodik senam irama	Penjelasan Demonstrasi dan penugasan	Woeryati Soekarno
4	Memahami dan mengidentifikasi susunan mengajar senam lantai	Metodik senam lantai	Demonstrasi Latihan Tugas kelompok	Agus Mahendra Sayuti Sahara
5,6	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam aerobik	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Woeryati Soekarno
7,8	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam aerobik	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Woeryati Soekarno
9,10	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam ritmik	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Woeryati Soekarno
11,12	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam ritmik	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Woeryati Soekarno
13,14	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam lantai	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Agus Mahendra Sayuti Sahara
15,16	Membuat perencanaan dan praktik mengajar senam lantai	Memilih materi Merencanakan materi pembelajaran Mengajarkan materi	Peer teaching	Agus Mahendra Sayuti Sahara

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



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

SILABUS MATAKULIAH AKTIVITAS RITMIK

No Silabus

Revisi : 00

Tgl.

Hal.... dari

Semester 3

-

15 X Pertemuan

IV. REFERENSI

Agus Mahendra (2004) *Pembelajaran Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Woeryati Soekarno (1986) *Teori dan Praktek Senam Dasar*. Klaten: PT Intan Pariwara

Woeryati Soekarno (1994) *Senam aerobik*. Jogjakarta: Diklat IKIP Yogyakarta

V. PENILAIAN

Unsur penilaian terdiri dari:

	Bobot
1. Kehadiran 75 % dari jumlah tatapmuka selama satu semester	: 1
2. Pemilihan Materi	: 3
3. Kemampuan mengajar	: 3
4. Sikap Respek	: 3

Yogyakarta, 06 September 2012

Mengetahui
Ketua Jurusan POR

Dosen Pengampu

Drs. Amat Komari, M.Si
NIP. 19620422 199001 1 001

Dr. Sri Winarni, M.Pd.
NIP. 19700205 199403 2 001

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
-----------------------------------	---	-----------------------------------