
Silabus

Fakultas	: FIK
Program Studi	: IKORA
Matakuliah dan kode	: Aktivitas Jasmani Adapted
Jumlah SKS	: Teori 1 sks. Praktek 2 sks
Semester	: 5
Matakuliah prasyarat& kode	: Pengantar Pendidikan Anak Luar Biasa
Dosen	: Sumaryanti, M.S

I. Deskripsi Mata kuliah

Mata kuliah aktivitas jasmani adapted ini bersifat wajib tempuh, berbobot 3 sks. Matakuliah ini membahas tentang filosofi aktivitas jasmani adapted/ olahraga adapted, perencanaan program aktivitas jasmani adapted untuk tujuan preventif, promotif dan korektif bagi anak berkebutuhan khusus.

II. Standar Kompetensi Mata Kuliah

Mahasiswa memiliki kemampuan merancang program dan mengaplikasikan untuk anak berkebutuhan khusus dengan menggunakan berbagai aktivitas fisik atau olahraga yang dimodifikasi dengan tujuan untuk preventif, promotif dan korektif.

III. Rencana Kegiatan

Tatap Muka ke-	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi perkuliahan	Sumber bahan/Referensi
1	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan konsep dasar aktivitas jasmani adapted dan olahraga yang dimodifikasi untuk anak berkebutuhan khusus	Filosofi aktivitas Jasmani adapted dan olahraga yang dimodifikasi untuk anak berkebutuhan khusus	Ceramah dan diskusi	A4,B4
2	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan prinsip2 pembuatan program latihan	Strategi Perencanaan Program aktivitas jasmani adapted dan olahraga adapted	Ceramah, diskusi, tugas	A3,B2
3	Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktifitas fisik atau olahraga untuk tujuan preventif	Program aktivitas fisik untuk tujuan preventif	Ceramah, diskusi, tugas	A1, A3,B1,B4
4	Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan promotif	Program aktivitas fisik untuk tujuan promotif	Ceramah, diskusi, tugas	A3,B1,B4
5	Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan korektif	Program aktivitas fisik untuk tujuan korektif	Ceramah. Diskusi, tugas	A3,B2,B3
6	Mahasiswa mampu memilih dan memodifikasi berbagai aktivitas fisik dan olahraga permainan adapted untuk anak berkebutuhan khusus	Bentuk aktifitas fisik dan permainan adapted	Ceramah, diskusi, tugas	A1,A4

7	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan kemanfaatan aquatic, olahraga beregu dan olahraga individual untuk anak berkebutuhan khusus.	Akuatik, olahraga beregu dan olahraga individual	Ceramah, diskusi, tugas	B4
8	Mahasiswa mampu membuat resume materi perkuliahan dan menyusun program latihan untuk berbagai kondisi khusus	Evaluasi		

IV. REVERENSI/ SUMBER BAHAN

<p>A. Wajib: 1. Pattie Rouse, (2004). <i>Adapted Game & Activities</i>. Champaign, IL: Human Kinetics 2. Sharkey, J. (2003). <i>Kebugaran Kesehatan</i>. (terjemahan Fitness and Health) Jakarta: PT Raja Grafindo 3. Sumaryanti. (2004). <i>Aktivitas Terapi</i>. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. 4. Winnick, J. (2005). <i>Adapted Physical Education and Sport</i>. Champaign: IL Human Kinetics</p> <p>B. Anjuran: 1. Nurhasan. (2004). <i>Aktivitas Kebugaran</i>. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. 2. David Auxter (2001) <i>Principles and Methods Of Adapted Physical education and Recreation</i>. Boston: IL Dubuque 3. Walter C. (1981). <i>Adapted Physical Education and Rekreation</i>. United States: CV Mosby Campany 4. Yudy Hendrawan. (2007). <i>Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif</i>. Criced: University of Tsukuba</p>

V. EVALUASI

No.	Komponen Evaluasi	Bobot %
1	Tugas-tugas	20
2	Presentasi	30
3	Ujian akhir semester	50

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/ IKORA
2. Mata kuliah dan Kode : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313
3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. Semester dan waktu : Sem V Waktu 100 menit
5. Kompetensi Dasa : Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan konsep dasar aktivitas jasmani adapted dan olahraga yang dimodifikasi untuk anak berkebutuhan khusus
6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu menjelaskan kemanfaatan aktivitas fisik dengan berbagai keterbatasan anak berkebutuhan khusus.
7. Materi pokok : Pengaruh aktivitas fisik/ olahraga bagi tubuh, baik secara fisiologis, psikologis.
8. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Sejarah aktivitas jasmani adapted, mengapa ini perlu diberikan kepada	20	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	B4

	mahasiswa dan kemanfatannya bagi seseorang yang mempunyai keterbatas fisik.				
Penyajian inti	Membicarakan aktivitas fisik atau olahraga berpengaruh terhadap fungsi organ tubuh (kardio vaskuler, otot, persendian, aklimatisasi dan secara psycologis	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A2,A3,B1
Penutup	Resume materi yang telah diberikan	10		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Tugas untuk memperhatikan respon yang ada ditubuh masing2 mahasiswa			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 2)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/ IKORA
2. Mata kuliah dan Kode : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313
3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. Semester dan waktu : Sem V Waktu 100 menit
5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan prinsip2 pembuatan program latihan
6. Indikator Ketercapaian : Mahasiswa mampu membuat identifikasi kebutuhan yang disesuaikan dengan tujuan dan sasaran , serta model pelaksanaan pelatihannya.
7. Materi pokok : Prinsip dasar latihan dan cara memodifikasi aktivitas fisik maupun olahraganya
8. Kegiatan Perkuliahan :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan pada tatap muka I kemudian dikaitkan dengan materi tatap muka yang ke 2	20	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	
Penyajian inti	Memahami prinsip-prinsip latihan dalam menyusun rencana program olahraga /aktivitas jasmani.	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A2,B1,B4

	Dengan penyampaian: Pengertian volume dan intensitas dalam aktivitas jasmani atau olahraga - Pengertian training, exercise dan practice - Pengertian FITT (Frekuensi,intensitas, tipe dan time)				
Penutup	Menanyakan kembali dan membuat resume materi yang telah diberikan	10		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Tugas untuk membaca prinsip dasar latihan untuk kondisi khusus.			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 3)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/ IKORA
2. Mata kuliah dan Kode : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313
3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. Semester dan waktu : Sem V Waktu 100 menit
5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan preventif.
6. Indikator ketercapaian : Tersusunnya program aktivitas fisik untuk tujuan preventif
7. Materi pokok/penggalan materi : Hakekat kebugaran, karakteristik kebugaran dan fungsi kebugaran dalam usaha preventif untuk anak berkebutuhan khusus.
8. Kegiatan perkuliahan :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan pada tatap muka 2 kemudian dikaitkan dengan materi tatap muka yang ke 3	15	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	
Penyajian inti	Aktivitas dan pengembangan kebugaran otot, fleksibilitas,	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A1,A2,A3,B2

	dayatahan dan cara penilaian kebugaran kondisi khusus				
Penutup	Menanyakan kembali materi yang diberikan	25		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Tugas untuk membaca alat/sarana yang cocok untuk kondisi khusus			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 4)

- | | |
|---|--|
| 1. Fakultas/Program Studi | : FIK/ IKORA |
| 2. Mata kuliah dan Kode | : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313 |
| 3. SKS | : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS |
| 4. Semester dan waktu | : Sem V Waktu 100 menit |
| 5. Kompetensi Dasar | : Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan promotif |
| 6. Indikator ketercapaian | : Tersusunan kemasan-kemasan aktivitas fisik untuk tujuan peningkatan kualitas fisik dengan unsur kegembiraan |
| 7. Materi pokok/penggalan materi | : Modifikasi aktivitas fisik, permainan dan aktivitas sifatnya inklusi |
| 8. Kegiatan perkuliahan | : |

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan pada tatap muka 3 kemudian dikaitkan dengan materi tatap muka yang ke 4	20	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	
Penyajian inti	Memodifikasi aktivitas fisik dan olahraga terutama permainan untuk tujuan peningkatan kualitas fisik maupun nilai kegembiraannya.	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A1,B2,B4
Penutup	Menanyakan kembali materi yang diberikan	10		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Tugas permainan yang sifatnya inklusi			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 5)

1. Fakultas/Program Studi : FIK/ IKORA
2. Mata kuliah dan Kode : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313
3. SKS : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. Semester dan waktu : Sem V Waktu 100 menit
5. Kompetensi Dasar : Mahasiswa mampu memahami dan dapat merancang berbagai aktivitas fisik atau olahraga untuk tujuan korektif
6. Indikator ketercapaian : Tersusunnya program untuk korektif tubuh yang menyimpang.
7. Materi pokok/penggalan materi : Prinsip2 aktivitas korektif, Karakteritis kondisi tubuh, aktivitas aman yang digunakan
8. Kegiatan perkuliahan :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan pada tatap muka 4	20	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	
Penyajian inti	Pembahasan terjadinya penyimpangan bentuk tubuh (lordosis,	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A3,B2,B3

	kiposis, skoliosis dan ketidak lengkapan anggota tubuh. Pemilihan aktivitas fisik yang disarankan dan diperbanyak latihan relaksasi.				
Penutup	Menanyakan kembali materi yang diberikan	10		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Tugas mengukur tubuh adakah kelainan			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 6)

- | | |
|----------------------------------|---|
| 1. Fakultas/Program Studi | : FIK/ IKORA |
| 2. Mata kuliah dan Kode | : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313 |
| 3. SKS | : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS |
| 4. Semester dan waktu | : Sem V Waktu 100 menit |

5. **Kompetensi Dasar** : Mahasiswa mampu memilih dan memodifikasi berbagai aktivitas fisik dan olahraga permainan adapted untuk berbagai kondisi anak berkebutuhan khusus
6. **Indikator ketercapaian** : Tersusunnya program-program aktivitas fisik dan permainan adapted untuk berbagai kondisi khusus (inklusi)
7. **Materi pokok/penggalan materi** : Permainan inklusi baik menggunakan alat maupun tanpa alat
8. **Kegiatan perkuliahan** :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan pada tatap muka 5 dan dikaitkan dengan program koreksinya.	15	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	
Penyajian inti	Pembahasan berbagai bentuk modifikasi aktivitas fisik atau permainan yang bertujuan supaya pada waktu yang bersamaan dapat melakukan aktivitas tersebut bersama dengan adanya kelainan yang berbeda-beda.	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A1, B3, B4
Penutup	Menanyakan kembali materi yang diberikan	10		Lembar kerja	

Tindak lanjut	Tugas menyusun aktivitas bermain untuk kondisi khusus yang berbeda-beda (tuna rungu wicara, tunagrahita, tuna daksa dan anak autis)			Lembar kerja	
----------------------	--	--	--	---------------------	--

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 7)

1. **Fakultas/Program Studi** : FIK/ IKORA
2. **Mata kuliah dan Kode** : Aktivitas Jasmani Adapted/ SOR 313
3. **SKS** : Teori 1 SKS Praktik 2 SKS
4. **Semester dan waktu** : Sem V Waktu 100 menit
5. **Kompetensi Dasar** : Mahasiswa mampu memahami kemanfaatan aquatic, olahraga beregu dan olahraga individual untuk anak berkebutuhan khusus.
6. **Indikator ketercapaian** : Dapat menjelaskan kemanfaatan kegiatan aquatic, olahraga beregu dan individual berbagai kondisi khusus.
7. **Materi pokok/penggalan materi** : Gerakan di air dan gaya renang, sepak bola kelimaan, bola basket dan bersepeda dan jalan/lari.
8. **Kegiatan perkuliahan** :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	Estimasi waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
Pendahuluan	Menanyakan kembali tugas yang diberikan	15	Ceramah, Tanya jawab	Hand out, Lab top, LCD & OHP	

	pada tatap muka 5 dan dikaitkan dengan program koreksinya.				
Penyajian inti	Pembahasan berbagai bentuk modifikasi aktivitas fisik yang dilakukan di air dan juga olahraga permainan sepak bola kelimaan, bola basket, atletik yang dimodifikasi dengan anak berkebutuhan khusus.	70		Hand out, Lab top, LCD & OHP	A1,A4,B4
Penutup	Menanyakan kembali materi yang diberikan	10		Lembar kerja	
Tindak lanjut	Mahasiswa diminta mengamati aktivitas fisik yang dilakukan disekolah dan apakah program adapted sudah dilakukan disekolah-sekolah luar biasa.			Lembar kerja	

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (Kelas teori tatap muka ke 8)

1. Kegiatan perkuliahan :

Komponen langkah	Uraian kegiatan	waktu/ dalam menit	Metode	Media	Sumber bahan/referensi
	Ujian semester	100	Ujian tulis	Lembar soal ujian	Semua materi

I. Evaluasi:

1. Kehadiran perkuliahan
2. Tugas-tugas
3. Aktivitas dalam diskusi
4. Ujian Akhir Semester

**Mengetahui
Ketua Jurusan PKR**

**Yogyakarta, 5 Agustus 2008
Dosen,**

Sumarjo, M.Kes

**Sumaryanti, MS.
NIP:131121721**

Silabus

Fakultas	: FIK
Program Studi	: PJKR
Matakuliah dan kode	: Penjas Yang Disesuaikan
Jumlah SKS	: Teori 2 sks. Praktek 1sks
Semester	: 5
Matakuliah prasyarat& kode	: Kebugaran Jasmani
Dosen	: Sumaryanti, M.S

I. Deskripsi Mata kuliah

Mata kuliah Pendidikan Jasmani yang disesuaikan ini bersifat wajib tempuh, berbobot 3 sks. Matakuliah ini membahas tentang filosofi Pendidikan Jasmani disesuaikan/ olahraga adapted, perencanaan program pembelajaran pendidikan jasmani adapted untuk tujuan preventif, promotif dan korektif bagi anak berkebutuhan khusus serta manajemen dan organesasinya. Kegiatan kuliah meliputi teori, praktek, tugas dan observasi lapangan.

II. Standar Kompetensi Mata Kuliah

Mahasiswa memiliki kemampuan merancang program pembelajaran untuk pendidikan jasmani yang disesuaikan dan mengaplikasikan untuk anak berkebutuhan khusus dengan menggunakan berbagai aktivitas fisik atau olahraga yang dimodifikasi dengan tujuan untuk preventif, promotif dan korektif.

Mahasiswa memiliki kemampuan merancang program dan mengaplikasikan untuk anak berkebutuhan khusus dengan menggunakan berbagai aktivitas fisik atau olahraga yang dimodifikasi dengan tujuan untuk preventif, promotif dan korektif.

III. Rencana Kegiatan

Tatap Muka ke-	Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Strategi perkuliahan	Sumber bahan/Referensi
1	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan konsep dasar Pendidikan jasmani yang disesuaikan dan olahraga yang dimodifikasi untuk anak berkebutuhan khusus	Filosofi Pendidikan Jasmani yang disesuaikan dan olahraga yang dimodifikasi untuk anak berkebutuhan khusus: <ul style="list-style-type: none"> - Sejarah Penjas adapted - Pendidikan jasmani adapted - Olahraga adapted 	Ceramah dan diskusi	A4,B4
2	Mampu memahami strategi perencanaan pendidikan jasmani dan OR adapted	-Tujuan dan sasaran -Pendidikan inklusi		
3	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan khusus Tunagrahita	-Factor ketuna grahitaan -Klasifikasi TG -Pembelajaran Penjas.Adapted		
4	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan Khusus tuna Netra dan tuna rungu wicara	<ul style="list-style-type: none"> - Tingkat pendengaran - Pembelajaran Adapted - Isyarat pembelajaran 		
5	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan khusus tuna daksa dan cerebral palsy	Klasifikasi TD, dan kebutuhan pembelajaran		
6	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan tuna laras dan	Karekteritis dan pendekatan dalam pembelajaran penjas, Adapted		

	kesulitan belajar			
7	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan khusus Autis	Penyebab, perilaku yang Nampak dan pengelolaan penjas, adapted		
8	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan khusus penderita asma, disminore	Penyebab, cara pengelolaan dan aktifitas yang disarankan dan dihindari		
9	MID Semester			
10	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan karekteristik anak berkebutuhan khusus penyimpangan Bentuk tubuh	Penyimpangan: Lardosis, kiposis dan skoliosis		
11	Mahasiswa mampu memahami dan menjelaskan prinsip2 pembuatan program latihan untuk tujuan preventif, promotip dan korektif	Memahami prinsip-prinsip latihan dalam menyusun rencana program olahraga /aktivitas jasmani. Dengan penyampaian: Pengertian volume dan intensitas dalam aktivitas jasmani atau olahraga - Pengertian training, exercise dan pratice - Pengertian FITT (Frekuensi,intensitas, tipe dan time)		
12	Mahasiswa mampu memilih dan memodifikasi berbagai aktivitas fisik dan olahraga permainan adapted untuk anak berkebutuhan khusus	Sepak bola, bola basket, bola tangan	Ceramah, diskusi, tugas	A3,B2
13	Mahasiswa mampu memahami	Kemanfaatan untuk, jasman	Ceramah,	A1, A3,B1,B4

	dan menjelaskan kemanfaatan aquatic, olahraga beregu dan olahraga individual untuk anak berkebutuhan khusus.	fisik, social dan phycologis	diskusi, tugas	
14	Mahasiswa mampu menyusun program latihan untuk berbagai kondisi khusus Kelainan postur tubuh		Ceramah, diskusi, tugas	A3,B1,B4
15	Mahasiswa mampu menyusun program latihan untuk berbagai kondisi khusus tuna grahita dan autis			A3,B2,B3
16	Ujian Akhir semester			

IV. REVERENSI/ SUMBER BAHAN

<p>A. Wajib: 1. Pattie Rouse, (2004). <i>Adapted Game & Activities</i>. Champaign, IL: Human Kinetics 2. Sharkey, J. (2003). <i>Kebugaran Kesehatan</i>. (terjemahan Fitness and Health) Jakarta: PT Raja Grafindo 3. Sumaryanti. (2004). <i>Aktivitas Terapi</i>. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. 4. Winnick, J. (2005). <i>Adapted Physical Education and Sport</i>). Champaign: Human Kinetics</p> <p>B. Anjuran: 1. Nurhasan. (2004). <i>Aktivitas Kebugaran</i>. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Luar Biasa. 2. David Auxter (2001) <i>Principles and Methods Of Adapted Physical education and Recreation</i>. Boston: IL Dubuque 3. Walter C. (1981). <i>Adapted Physical Education and Rekreation</i>. United States: CV Mosby Campany 4. Yudy Hendrawan. (2007). <i>Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif</i>. Criced: University of Tsukuba</p>
--

