

AKTIVITAS LUAR KELAS



YUYUN ARI WIBOWO

DESKRIPSI MATAKULIAH

Matakuliah Aktifitas Luas Sekolah bersifat wajib lulus berbobot 2 SKS. Mata kuliah ini akan membantu calon guru guru penjas dalam merencanakan, mengajar, dan mengevaluasi pendidikan aktifitas luar ruang. Lebih detail lagi, matakuliah ini akan menyajikan isi, metode, dan prosedur keamanan untuk berbagai permainan yang kooperatif dan inisiatif dalam kelas pendidikan jasmani. Mahasiswa akan belajar berbagai permainan outward bound, lintasan tali, dan beberapa olahraga petualangan. Penekanan kuliah akan lebih banyak pada praktik dan perencanaan pembelajaran aktifitas luar sekolah. Evaluasi berbasis pada partisipasi aktif mahasiswa, penugasan, dan ujian akhir semester.

PENTINGNYA KULIAH INI DIBERIKAN



1. Membekali calon guru untuk memecahkan permasalahan dengan gerak.
2. Membekali calon guru berani bertanggung jawab atas apa yang dia perbuat.
3. Aktivitas fisik sebagai esensi mata kuliah ini.



Pendidikan Luar Kelas ?

- **Rekreasi LK**

--sukarela-selama waktu luang, berorientasi alam

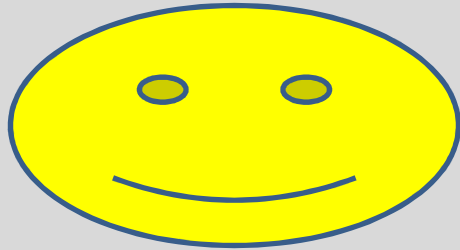
- **Pendidikan LK**

Pengajaran & pembelajaran interdisiplin yang menggunakan luar kelas dalam situasi yang informal

- **Pendidikan jasmani**

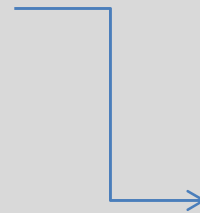
--pengembangan kognitif, sikap, & keterampilan motorik yang berkaitan dengan kebugaran dan aktifitas jasmani





Dasar-dasar ALK

1. MODEL-MODEL
PENDIDIKAN
LUAR KELAS.
2. PENDIDIK
ATAU GURU
ALK.
3. TEORI
PENDIDIKAN
LUAR KELAS.



1. OUT BOUND
2. BERKEMAH
3. LINTASAN TALI
4. OLAHRAGA
PETUALANGAN
5. HIKING
6. PANJAT TEBING
7. PENDAKIAN GUNUNG
8. PENELUSURAN GUA

PRINSIP ALK

- Guru harus mengenali siswanya dan lingkungannya.
 - a. karaktersiswanya seperti apa?
 - b. Lingkungan: suhu, air, angin, ketinggian.
- Aktifitas yang diberikan harus sesuai, aman, menyenangkan, dan



KONSEP PENDEKATAN ALK

1. Menempatkan anak sebagai subjek
2. Setiap anak berkebutuhan khusus dan unik.
3. Dunia anak adalah dunia bermain.
4. Usia anak merupakan usia paling kreatif dalam hidup manusia.



TUJUAN ALK

1. Beradaptasi dengan lingkungan & alam sekitar.
2. Mengetahui pentingnya keterampilan hidup dan pengalaman hidup di lingkungan dan alam sekitar.
3. Memiliki apresiasi terhadap lingkungan dan alam sekitar.



TEMPAT KEGIATAN ALK

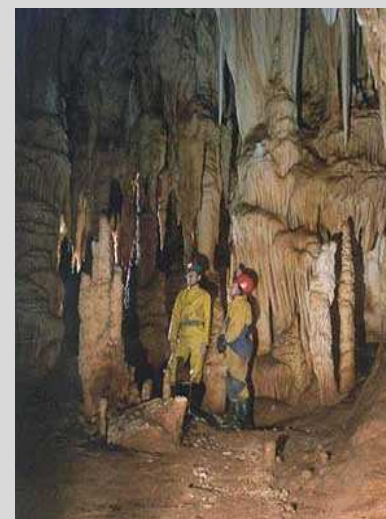
1. GUNUNG → PENDAKIAN
2. PANTAI
3. SUNGAI
4. DANAU/ RAWA
5. SAWAH
6. KEBUN
7. GUA



KONSEP ALK

1. *I see and I remember*
2. *I do and I understanding*

Mengutamakan manusia sebagai subjek pendidikan, mampu diterapkan bukan hanya sebagai slogan semata.



Alam: Manifestasi ALK

ALK dapat menggantikan proses pendidikan konvensional (kelas/ruang) yang selama ini dilakukan secara masal. Akibatnya model pendidikan tersebut lebih berorientasi pada nilai kuantitatif, bukan pada proses pengenalan lebih dalam pada sumber-sumber pengetahuan.

Program ALK



1. *Leadership Development* (pengembangan kepemimpinan).
2. *Personal Growth* (Pengembangan Kepribadian) sbg *Self Awareness* (kepedulian pribadi) dan *Group Awareness* (kepedulian kelompok) untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

PRINSIP PENYUSUNAN PROGRAM

ALK

1. Dilakukan di alam terbuka: Lap, gunung, kebun, dan pantai.
2. Konsisten untuk memperoleh pengalaman
3. Terbagi beberapa kelompok
4. Ada staff ahli dalam melaks kegiatan

Sembilan pilar ALK

1. Cinta Tuhan dan alam semesta beserta isinya.
2. Menumbuhkan rasa tanggungjawab, kedisiplinan & kemandirian.
3. Kejujuran.
4. Hormat dan Santun.
5. Kasih sayang, kepedulian, dan kerjasama.
6. Percaya diri kreatif kerja keras dan pantang menyerah.
7. Keadilan dan kepemimpinan
8. Sikap baik dan rendah hati
9. Toleransi, cinta damai dan persatuan

TEHNIK HIDUP DI ALAM BEBAS

MEMBERIKAN PENGETAHUAN DAN
KETERAMPILAN YANG DAPAT
DIPERTANGGUNG JAWABKAN BILA
MENGADAKAN KEGIATAN DI ALAM
TERBUKA

KONSEP SURVIVAL

Mempertahankan hidup dalam kondisi yang sangat minim/terbatas

Suatu kondisi yang mengancam thd kehidupan dan diatasi.

Usaha untuk tetap hidup.

Tenang dan bijaksana

Istirahat untuk mengatasi rasa cemas takut panik perhatikan kondisi tubuh, dan pengetahuan yang dimiliki.

Problem Alam Bebas

1. Alam (Cuaca, medan, dll)
2. Diri sendiri (fisik, mental, pengalaman, pengetahuan dan skill)
3. Mahkluk hidup lain (Hewan buas, tumbuhan)

