

HALAMAN PENGESAHAN VALIDASI

DOSEN PENGEMBANG RPS	DIVALIDASI OLEH UPM	KETUA PROGRAM STUDI
<p>Nama : Dian Helaprahara, M.Pd Tanggal Penyusunan : 11 Maret 2023 Tanda tangan :</p> 	<p>Nama : Moh. Juhdi, M.Pd Tanggal Penyusunan: 11 Maret 2023 Tanda tangan :</p> 	<p>Nama : Taufik Rahman, M.Pd. Tanggal Penyusunan : 11 Maret 2023 Tanda tangan :</p> 



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS) PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

Mata Kuliah : Perencanaan Pengajaran Penjas. Semester : IV Kode :MBP8502. SKS : 2 sks **TANGGAL: 11 Maret 2023**

PENYUSUNAN :

Pengampu : Dian Helaprahara, M.Pd.,AIFMO-P dan Andi Fepriyanto, M.Pd.

Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL) :

Memiliki pengetahuan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi di tingkat pendidikan dasar dan menengah (PP1), Mampu mengembangkan dan memberikan inovasi terhadap pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada tingkat pendidikan dasar dan menengah (PP2), Memiliki kemampuan merencanakan dan merancang pembelajaran kreatif dan mendidik dengan menguasai pendekatan, metode dan media pembelajaran dengan menggunakan IPTEKS (PP3), Mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mampu bekerja mandiri dan bekerjasama dengan orang lain (PP4), Menguasai pengetahuan tentang peserta didik, strategi belajar mengajar, metodologi pembelajaran, perencanaan dan evaluasi pembelajaran (PP7), Memiliki kemampuan mengembangkan diri di bidang keolahragaan dan kewirausahaan (PP10), Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis dan sistematis, dan inovatif dalam pengembangan dan implementasi ilmu Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (KU1), Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu dan terukur berbasis teknologi informasi (KU3), Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian dalam pembelajaran berdasarkan hasil analisis dan data dari berbagai sumber (KU4), Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja dengan pembimbing, kolega, sejawat baik di dalam maupun diluar lingkungan STKIP PGRI Sumenep(KU5), Mampu mengelola penyelenggaraan event olahraga (KK5).

Capaian Pembelajaran MK (CP-MK) :

Mata kuliah ini mengajarkan tentang kajian ilmu Pencegahan dan Perawatan Cedera dalam pendidikan jsmani dan olahraga dan penerapannya dalam proses belajar mengajar. Cedera olahraga adalah segala macam cedera yang timbul, baik pada waktu latihan maupun pada waktu olahraga (pertandingan) ataupun sesudah olahraga (pertandingan).

Daftar Rujukan

1. Utama : Pertolongan Pertama dan Pencegahan Cedera Olahraga
2. Sport First Aid.

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	PENILAIAN		MATERI PEMBELAJARAN (PUSTAKA)	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA		BOBOT PENILAIAN %
		INDIKATOR	KRETERIA & BENTUK		Luring (offline)	Daring (online)	
1.	Kontrak Perkuliahan	Mampu memahami dan menaati aturan yang sudah di sepakati	Diskusi	Kontrak Perkuliahan	<i>Luring</i>		0%
2.	Memahami Tentang beberapa cedera ringan pada olahraga	Mampu Menjelaskan tentang beberapa cedera ringan pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Ringan	<i>Luring</i>		2%
3.	Memahami tentang beberapa penyebab terjadinya cedera ringan pada olahraga	Mampu Menjelaskan beberapa macam penyebab terjadinya cedera ringan pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Ringan	<i>Luring</i>		2%
4.	Mahasiswa mampu memahami tentang gejala-gejala terjadinya cedera ringan pada olahraga	Mampu Menjelaskan tentang beberapa gejala-gejala terjadinya cedera ringan pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Ringan	<i>Luring</i>		2%
5.	Mahasiswa mampu memahami dan	Menjelaskan tentang beberapa cara	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Ringan	<i>Luring</i>		2%

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	PENILAIAN		MATERI PEMBELAJARAN (PUSTAKA)	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA		BOBOT PENILAIAN %
		INDIKATOR	KRETERIA & BENTUK		Luring (offline)	Daring (online)	
	mengetahui tentang beberapa macam pencegahan dan perawatan cedera ringan pada olahraga	precegahan dan perawatan cedera ringan pada olahraga					
6.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang cedera sedang pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa macam cedera sedang pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Sedang	<i>Luring</i>		2%
7.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa penyebab terjadinya cedera sedang pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa penyebab terjadinya cedera sedang pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Sedang	<i>Luring</i>		2%
8.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa gejala-gejala terjadinya	Menjelaskan tentang beberapa gejala-gejala terjadinya	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Sedang	<i>Luring</i>		3%

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	PENILAIAN		MATERI PEMBELAJARAN (PUSTAKA)	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA		BOBOT PENILAIAN %
		INDIKATOR	KRITERIA & BENTUK		Luring (offline)	Daring (online)	
	gejala terjadinya cedera sedang pada olahraga	cedera sedang pada olahraga					
9.	Melaksanakan UTS dengan harapan memahami apa yang sudah di terima dan di pelajari dari dosen selama setengah semester		Diskusi dan tanya jawab	U T S	<i>Luring</i>		20%
10.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang cedera berat pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa macam cedera berat pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Berat	<i>Luring</i>		5%
11.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa penyebab terjadinya cedera berat pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa penyebab terjadinya cedera berat pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Berat	<i>Luring</i>		5%
12.	Mahasiswa mampu memahami dan	Menjelaskan tentang	Diskusi dan tanya jawab	Cedera Berat	<i>Luring</i>		5%

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	PENILAIAN		MATERI PEMBELAJARAN (PUSTAKA)	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA		BOBOT PENILAIAN %
		INDIKATOR	KRETERIA & BENTUK		Luring (offline)	Daring (online)	
	mengetahui tentang beberapa gejala-gejala terjadinya cedera berat pada olahraga	beberapa gejala-gejala cedera berat pada olahraga					
13.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa cara pencegahan dan perawatan cedera ringan pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa cara pencegahan dan perawatan cedera berat pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Pencegahan dan Perawatan Cedera	<i>Luring</i>		10%
14.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa cara pencegahan dan perawatan cedera sedang pada olahraga	Menjelaskan tentang beberapa cara pencegahan dan perawatan cedera sedang pada olahraga	Diskusi dan tanya jawab	Pencegahan dan Perawatan Cedera	<i>Luring</i>		5%
15.	Mahasiswa mampu memahami dan mengetahui tentang beberapa cara	Menjelaskan tentang beberapa cara pencegahan dan	Diskusi dan tanya jawab	Pencegahan dan Perawatan Cedera	<i>Luring</i>		5%

PERTEMUAN KE	KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (Sub CP-MK)	PENILAIAN		MATERI PEMBELAJARAN (PUSTAKA)	BENTUK & METODE PEMBELAJARAN, PENUGASAN MAHASISWA		BOBOT PENILAIAN %
		INDIKATOR	KRETERIA & BENTUK		Luring (offline)	Daring (online)	
	pencegahan dan perawatan cedera berat pada olahraga	perawatan cedera berat pada olahraga					
16.	Melaksanakan UAS dengan harapan memahami apa yang sudah di terima dan di pelajari dari dosen selama satu semester proses pembelajaran	U A S		UAS	Luring		30%



Mengetahui,
Keprosdi PJKR

Lauik Rahman, M.Pd.
NIK. 07731112

Sumenep, 11 Maret 2023
Dosen Pengampu

Dian Helaprahara, M.Pd.
NIDN. 0727108005