

	Universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi										Kode Dokumen																																																																																									
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER																																																																																																				
MATA KULIAH (MK)			KODE		Rumpun MK			BOBOT (sks)			SEMESTER		Tgl Penyusunan																																																																																							
BELAJAR MOTORIK			8520102253		Mata Kuliah Wajib Program Studi			T=2 P=0 ECTS=3.18		3		1 Mei 2023																																																																																								
OTORISASI			Pengembang RPS				Koordinator RMK			Koordinator Program Studi																																																																																										
			Dr. Nanik Indahwati, S.Pd., M.Or. & Moh. Fathur Rohman, S. Pd, M. Pd							MOCHAMAD RIDWAN																																																																																										
Model Pembelajaran		Case Study																																																																																																		
Capaian Pembelajaran (CP)		CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																																																																																																		
		CPL-7	KU5. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data																																																																																																	
		CPL-8	KK1. Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran olahraga secara terukur, akuntabel, dan efektif																																																																																																	
		CPL-9	KK2. Mampu menyelesaikan masalah pendidikan olahraga dan mengambil keputusan berdasarkan ilmu pengetahuan.																																																																																																	
		Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																																																																																																		
		CPMK - 1	Mahasiswa memahami dan menguasai hakikat perkembangan gerak manusia, serta unsur-unsur yang mendukung pencapaian penguasaan gerak dan peningkatan keterampilan gerak																																																																																																	
		CPMK - 2	Mahasiswa mampu menyusun model-model pembelajaran gerak dalam pendidikan jasmani yang mampu meningkatkan kualitas gerak																																																																																																	
		CPMK - 3	Mahasiswa menunjukkan sikap ilmiah, kritis, dan inovatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani secara profesional																																																																																																	
		Matrik CPL - CPMK																																																																																																		
			<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th>CPMK</th> <th>CPL-7</th> <th>CPL-8</th> <th>CPL-9</th> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td>✓</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td> <td></td> <td>✓</td> </tr> </table>									CPMK	CPL-7	CPL-8	CPL-9	CPMK-1	✓			CPMK-2		✓		CPMK-3			✓																																																																									
CPMK	CPL-7	CPL-8	CPL-9																																																																																																	
CPMK-1	✓																																																																																																			
CPMK-2		✓																																																																																																		
CPMK-3			✓																																																																																																	
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																																																																																																				
	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <th rowspan="2">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th></tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th></tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td>✓</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td>✓</td><td></td></tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td></tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td>✓</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1	✓			✓			✓	✓					✓	✓	✓		CPMK-2		✓			✓				✓			✓				✓	CPMK-3			✓			✓				✓	✓					
CPMK	Minggu Ke																																																																																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																				
CPMK-1	✓			✓			✓	✓					✓	✓	✓																																																																																					
CPMK-2		✓			✓				✓			✓				✓																																																																																				
CPMK-3			✓			✓				✓	✓																																																																																									
Deskripsi Singkat MK	Matakuliah ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan penguasaan terhadap hakikat perkembangan gerak manusia, serta keterlibatan unsur-unsur yang mendukung pencapaian penguasaan gerak dan peningkatan keterampilan gerak. Selain itu, mahasiswa akan belajar untuk menyusun model-model pembelajaran gerak dalam pendidikan jasmani yang mampu meningkatkan kualitas gerak. Mahasiswa diharapkan dapat menghasilkan output pembelajaran dalam bentuk model pembelajaran gerak yang sesuai dengan prinsip-prinsip pendidikan jasmani, serta mampu menunjukkan kemampuan dalam merefleksikan proses pembelajaran yang dialami selama perkuliahan. Pembelajaran dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan presentasi dan diskusi, tugas proyek, dan refleksi. Selama proses pembelajaran, mahasiswa akan memperoleh penilaian berdasarkan pencapaian kompetensi yang terkait dengan tujuan pembelajaran.																																																																																																			
Pustaka	Utama :																																																																																																			

- Cech, D & Martin, S. Functional Movement Development Across the Life Span . Philadelphia. W.B. Saunders Company - Hurlock, E. 1995. Perkembangan Anak jilid - Jakarta: Erlangga. - Kiram Y.1992. Belajar Motorik . Jakarta: Dirjen Dikti, Depdikbud. - Magill, R.A, 2001. Motor Learning Concepts and Applications . Mc Graw-Hill Int. - Mutohir, T.C & Gusril. 2004. Perkembangan Motorik pada masa anak-anak . Jakarta: Dirjen Olahraga, Depdiknas. - Papalia, D, Olds, S.W, & Feldman, R.D. 2001. Human Development. Mc Graw-Hill Int - Payne, V.G & Isaacs, L.D. 1999. Human Motor Development.A lifespan Approach. California. Mayfield Publishing Company - Santrock J.W.2007. Child Development. (Perkembangan Anak. Alih bahasa : Mila dan Anna). Jakarta: Erlangga. - Strand & Wilson. 1993. Assessing Sport Skills . The United States of Amerika.Human Kinetics Publishers. - Kathleen M. H & Nancy Getchell. 2009. Life Span Motor Development . United States of America: Human Kinetics Publisher. - Richard A. Schmidt & Timothy D. Lee. 2011. Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis . United States of America: Human Kinetics Publisher. - Dale N. Le Fevre. 2012. Best New Games . United States of America: Human Kinetics Publisher. - Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. McGraw-Hill Education - Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education - Clark, J. E., & Whitall, J. (2014). Motor control and learning: A behavioral emphasis. Human Kinetics - Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). Motor learning and performance: From principles to practice. Human Kinetics - Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2019). Practice and play in the development of sport expertise. Human Kinetics - Haibach-Beach, P., & Reid, G. (2019). Motor development: A lifespan approach. Routledge - Chow, J. Y., Davids, K., Button, C., & Renshaw, I. (2016). Nonlinear pedagogy in skill acquisition: An introduction. Routledge - Capel, S., & Whitehead, M. (2017). Learning to teach physical education in the secondary school: A companion to school experience. Routledge - Ertmer, P. A., & Newby, T. J. (2016). Behaviorism, cognitivism, constructivism: Comparing critical features from an instructional design perspective. Performance Improvement Quarterly - Çakır, R. (2017). The effects of creative and critical thinking-based teaching on students' achievements in - Winter, D. A. (1990). Biomechanics and motor control of human movement. John Wiley & Sons.							
Pendukung :							
- Video tutorial: Ada banyak video tutorial tentang gerakan motorik yang dapat ditemukan di platform seperti YouTube dan Vimeo - Aplikasi mobile: Ada juga beberapa aplikasi mobile yang dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan keterampilan motorik, seperti aplikasi untuk mengukur kecepatan gerakan atau aplikasi untuk merekam gerakan dan memberikan umpan balik visual. - Jurnal akademik: Jurnal akademik tentang bidang gerakan dan keterampilan motorik dapat membantu mahasiswa memperdalam pemahaman tentang teori dan riset terbaru dalam bidang ini. Beberapa jurnal yang dapat menjadi referensi antara lain Journal of Motor Learning and Development, Journal of Sport and Exercise Psychology, dan Research Quarterly for Exercise and Sport - Webinar: Webinar atau seminar online tentang gerakan motorik dan keterampilan dapat membantu mahasiswa memperdalam pemahaman tentang topik-topik tertentu. Beberapa organisasi olahraga atau lembaga pendidikan dapat menyelenggarakan webinar yang relevan untuk matakuliah ini. - Observasi langsung: Mahasiswa dapat melakukan observasi langsung pada atlet atau orang yang memiliki keterampilan motorik yang tinggi untuk memperoleh pemahaman tentang teknik dan strategi yang digunakan dalam gerakan motorik. - Knudson, D. (2014). Measurement and evaluation in human performance. Human Kinetics. - Gabbard, C., & Leblanc, E. (2016). Kinesiology: The mechanics and pathomechanics of human movement. Wolters Kluwer. - Tervo, R. (2019). Measurement and evaluation in physical education and exercise science. Routledge. - Lohman, T. G., & Roche, A. F. (Eds.). (1988). Anthropometric standardization reference manual. Human Kinetics - Sakinah, A. N., & Indahwati, N. (2025). Pengaruh Screen Time terhadap Kemampuan Motorik Siswa SMP. JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAHA, 15(1), 12–16. https://doi.org/10.37630/JPO.V1511.2388							
Dosen Pengampu		Prof. Dr. Nanik Indahwati, S.Pd., M.Or. Andhega Wijaya, S.Pd.Jas., M.Or. Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed., Ph.D. Moh. Fathur Rohman, S.Pd., M.Pd.					
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bentuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	Memahami pengertian Pertumbuhan dan Perkembangan manusia	- Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dan konsep dasar perkembangan gerak manusia	Kriteria: - Nilai penuh diberikan jika mahasiswa melakukan tugas dan memprktikkannya. - Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. - Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab 3 X 50	Diskusi Online 2 X 50	Materi: Pengertian dan Konsep Perkembangan Gerak Manusia Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i> . McGraw-Hill Education	7%

2	-Memahami pengertian dan prinsip-prinsip, ciri-ciri, fase dan periodisasi tahapan perkembangan anak. - Memahami faktor-faktor pendukung perkembangan gerak	Mahasiswa mampu menjelaskan secara konseptual tentang fase, periodisasi tahapan perkembangan anak	Kriteria: 1.Nilai penuh diberikan jika mahasiswa melakukan tugas dan memprtktkannya. 2.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. 3.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab 3 X 50	Diskusi Online Asinkronous	Materi: Fase, periodisasi tahapan perkembangan anak Pustaka: Magill, R.A, 2001. <i>Motor Learning Concepts and Applications</i> . Mc Graw-Hill Int. Materi: Tahapan perkembangan anak Pustaka: Mutohir, T.C & Gusril. 2004. <i>Perkembangan Motorik pada masa anak-anak</i> . Jakarta: Dirjen Olahraga, Depdiknas. Materi: Tahapan perkembangan anak SMP Pustaka: Sakinah, A. N., & Indahwati, N. (2025). <i>Pengaruh Screen Time terhadap Kemampuan Motorik Siswa SMP</i> . JURNAL PENDIDIKAN OLAHRAGA, 15(1), 12–16. https://doi.org/...	5%
3	Perilaku Gerak - periode bayi sampai lanjut usia	Mampu menjelaskan perilaku gerak anak sd usia lanjut	Kriteria: 1 .Nilai penuh diberikan jika mahasiswa melakukan tugas dan memprtktkannya. 2.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. 3.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab 3 X 50	Diskusi online 2 x 50	Materi: Perilaku Gerak - periode bayi sampai lanjut usia Pustaka: Santrock J.W.2007. <i>Child Development</i> . (Perkembangan Anak. Alih bahasa : Mila dan Anna). Jakarta: Erlangga. Materi: Perilaku Gerak Manusia Pustaka: Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). <i>Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults</i> . McGraw-Hill Education	4%

4	Memahami : keterampilan gerak dasar (Fundamental Motor Skills)	1.Mampu mengidentifikasi keterampilan gerak dasar yang tepat pada setiap situasi yang diberikan 2.Mampu menjelaskan dan menunjukkan teknik yang benar dalam melakukan keterampilan gerak dasar 3.Mampu mengimplementasikan keterampilan gerak dasar dalam kegiatan olahraga yang berbeda-beda	Kriteria: 1.Ketepatan dalam mengidentifikasi keterampilan gerak dasar 2.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. 3.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Kuliah tatap muka, Diskusi kelompok, Demonstrasi gerakan, Evaluasi praktikum, dan Tugas-tugas individu luring 3 X 50	Diskusi daring, Video pembelajaran daring, Evaluasi daring, dan Tugas-tugas individu daring	Materi: Pengertian keterampilan gerak dasar, Jenis-jenis keterampilan gerak dasar, Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan gerak dasar, Teknik-teknik dasar dalam keterampilan gerak dasar Pustaka: <i>Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. McGraw-Hill Education</i> Materi: Teknik-teknik dasar dalam keterampilan gerak dasar Pustaka: <i>Payne, V.G & Isaacs, L.D. 1999. Human Motor Development.A lifespan Approach. California. Mayfield Publishing Company</i> Materi: Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan gerak dasar, Pustaka: <i>Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i>	5%
---	--	--	--	--	---	---	----

5	a. Memahami Penggolongan Keterampilan gerak : Diskrit, serial, Kontiyu b. Memahami Keterampilan Gerak : - Open skills and Closed Skills- Self Paced and Externally Paced	1.Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian dan contoh keterampilan gerak diskrit, serial, dan kontinu 2.Mahasiswa dapat membedakan antara keterampilan gerak terbuka dan tertutup serta keterampilan gerak self-paced dan externally-paced 3.Mahasiswa dapat menunjukkan kemampuan praktis dalam melakukan keterampilan gerak yang telah dipelajari	Kriteria: 1.Nilai penuh diberikan jika mahasiswa melakukan tugas dan memprkttkannya. 2.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. 3.Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja	kuliah tatap muka, diskusi kelompok, tugas individu, presentasi, studi kasus, simulasi 3 X 50	kuliah daring, diskusi daring, tugas individu daring, presentasi daring, studi kasus daring, simulasi daring	Materi: Penggolongan Keterampilan gerak : Diskrit, serial, Kontiyu Memahami Keterampilan Gerak : - Open skills and Closed Skills- Self Paced and Externally Paced Pustaka: <i>Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. McGraw-Hill Education</i> Materi: Penggolongan Keterampilan gerak : Diskrit, serial, Kontiyu Memahami Keterampilan Gerak : - Open skills and Closed Skills- Self Paced and Externally Paced Pustaka: <i>Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i>	5%
6	Memahami Belajar Gerak : - pengertian - ciri-ciri - macam-macam -tahapan belajar gerak. - Sistem Penginderaan dalam Belajar Gerak mengidentifikasi - Memahami komponen belajar gerak : Perhatian, dan memory dalam belajar gerak	1.Mahasiswa dapat menjelaskan pengertian belajar gerak 2.Mahasiswa dapat mengidentifikasi ciri-ciri belajar gerak 3.Mahasiswa dapat menjelaskan macam-macam belajar gerak 4.Mahasiswa dapat memaparkan tahapan belajar gerak 5.Mahasiswa dapat menguraikan sistem penginderaan dalam belajar gerak 6.Mahasiswa dapat membedakan komponen perhatian dan memory dalam belajar gerak	Kriteria: 1.Kepahaman konsep 2.Kualitas presentasi 3.Kemampuan analisis 4.Kemampuan sintesis Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum, Tes	Diskusi kelompok (luring) Presentasi (luring) Demonstrasi (luring) 3 X 50	Diskusi kelompok (daring) Presentasi (daring)	Materi: Motor Learning and Control: Konsep dan Aplikasi Pustaka: <i>Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i> Materi: Motor Learning and Performance: Pendekatan Pembelajaran Berbasis Situasi Pustaka: <i>Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). Motor learning and performance: From principles to practice. Human Kinetics</i> Materi: The Mountain of Motor Development: Sebuah Metafora Pustaka: <i>Clark, J. E., & Whittall, J. (2014). Motor control and learning: A behavioral emphasis. Human Kinetics</i>	5%

7	UTS	Mampu memahami dan mengerjakan soal	Kriteria: 1.Kemampuan sintesis 2.Kemampuan analisis Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Uraian, essay 3 X 50		Materi: Kemampuan sintesis Pustaka: Magill, R.A, 2001. <i>Motor Learning Concepts and Applications</i> . Mc Graw-Hill Int.	9%
8	menjelaskan konsep dan teori analisis gerak	1.Mahasiswa dapat menjelaskan konsep dasar analisis gerak secara lisan dan tertulis 2.Mahasiswa dapat mengidentifikasi jenis gerakan yang sedang dianalisis 3.Mahasiswa dapat menggunakan alat-alat untuk merekam dan menganalisis gerakan tubuh 4.Mahasiswa dapat menganalisis gerakan tubuh secara sistematis dan menghasilkan kesimpulan yang tepat	Kriteria: 1.Ketepatan dan kejelasan penjelasan mengenai konsep dan teori analisis gerak 2.Kemampuan mengidentifikasi jenis gerakan dan menganalisis gerakan secara sistematis 3.Keakuratan dalam menggunakan alat-alat untuk merekam dan menganalisis gerakan tubuh 4.Kesimpulan yang tepat dalam analisis gerak Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Praktikum	Kuliah luring dengan presentasi materi dan diskusi interaktif. Tugas mandiri dan kelompok dalam membaca dan merumuskan teori dan konsep analisis gerak. 3 X 50	Kuliah daring dengan diskusi interaktif. Praktikum analisis gerak dengan menggunakan alat-alat seperti kamera dan software untuk merekam dan menganalisis gerakan tubuh.	Materi: Konsep dan aplikasi pembelajaran gerak dan kontrol gerak Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i> . McGraw-Hill Education Materi: Pembelajaran gerak dan kinerja berbasis situasi Pustaka: Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). <i>Motor learning and performance: From principles to practice</i> . Human Kinetics Materi: Perkembangan gerak pada manusia berupa metafora gunung Pustaka: Clark, J. E., & Whittall, J. (2014). <i>Motor control and learning: A behavioral emphasis</i> . Human Kinetics Materi: Biomekanika dan kontrol gerak pada manusia Pustaka: Winter, D. A. (1990). <i>Biomechanics and motor control of human movement</i> . John Wiley & Sons.	5%

9	Memahami komponen belajar gerak : - Feedback dan Reinforcement - Transfer of Learning	1.Mampu menjelaskan definisi dan konsep feedback dan reinforcement dalam belajar gerak 2.Mampu menjelaskan transfer of learning dalam belajar gerak 3.Mampu menerapkan feedback dan reinforcement dalam praktik gerak 4.Mampu menerapkan transfer of learning dalam situasi belajar gerak yang berbeda	Kriteria: 1.Ketepatan menjelaskan definisi dan konsep feedback dan reinforcement (30%) 2.Ketepatan menjelaskan transfer of learning (30%) 3.Kemampuan menerapkan feedback dan reinforcement dalam praktik gerak (20%) 4.Kemampuan menerapkan transfer of learning dalam situasi belajar gerak yang berbeda (20%) Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Tes	diskusi kelompok, simulasi, praktikum, dan presentasi 3 X 50	kuliah online, diskusi online, tugas online, dan kuis online.	Materi: Konsep dan aplikasi pembelajaran dan kontrol gerakan, termasuk teori dan prinsip dasar serta faktor-faktor yang mempengaruhi pembelajaran gerakan Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i> . McGraw-Hill Education Materi: Pendekatan pembelajaran dan performa berbasis situasi, meliputi faktor-faktor lingkungan dan tugas yang memengaruhi pembelajaran gerakan Pustaka: Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). <i>Motor learning and performance: From principles to practice</i> . Human Kinetics Materi: Konsep pengembangan motorik anak, yang diilustrasikan dengan metafora gunung, menggambarkan perubahan-perubahan yang terjadi pada kemampuan motorik anak seiring pertumbuhan dan perkembangan fisik dan kognitifnya Pustaka: Clark, J. E., & Whittall, J. (2014). <i>Motor control and learning: A behavioral emphasis</i> . Human Kinetics Materi: Biomekanika dan kontrol gerakan manusia, meliputi prinsip-prinsip mekanika yang terlibat dalam gerakan manusia, serta peran sistem saraf dan otot dalam pengendalian gerakan Pustaka: Winter, D. A. (1990). <i>Biomechanics and motor control of human movement</i> . John Wiley & Sons.	5%
---	---	---	--	---	---	---	----

10	Mengenal tes-tes keterampilan gerak	1.Mampu mengidentifikasi jenis-jenis tes keterampilan gerak 2.Mampu menjelaskan prosedur pelaksanaan tes keterampilan gerak 3.Mampu menganalisis hasil tes keterampilan gerak	Kriteria: 1.Ketepatan dalam mengidentifikasi jenis tes keterampilan gerak (30%) 2.Ketepatan dalam menjelaskan prosedur pelaksanaan tes keterampilan gerak (30%) 3.Ketepatan dalam menganalisis hasil tes keterampilan gerak (40%) Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Portofolio, Penilaian Praktikum, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Demonstrasi keterampilan gerak dalam praktikum luring Tugas individu daring dan praktikum luring 3 X 50	Kuliah daring dengan presentasi materi dan diskusi Diskusi kelompok daring	Materi: Jenis-jenis tes keterampilan gerak, seperti tes kecepatan, ketepatan, ketahanan, dan lain-lain Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i>. McGraw-Hill Education Materi: Prinsip-prinsip pengukuran dalam tes keterampilan gerak, seperti reliabilitas dan validitas Pustaka: Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). <i>Motor learning and performance: From principles to practice</i>. Human Kinetics Materi: Interpretasi hasil tes keterampilan gerak dan penggunaannya dalam merencanakan program latihan atau pemulihan Pustaka: Tervo, R. (2019). <i>Measurement and evaluation in physical education and exercise science</i>. Routledge. Materi: Konteks dan kondisi yang memengaruhi tes keterampilan gerak, seperti umur, jenis kelamin, tingkat kebugaran, dan faktor lingkungan. Pustaka: Lohman, T. G., & Roche, A. F. (Eds.). (1988). <i>Anthropometric standardization reference manual</i>. Human Kinetics	5%
----	-------------------------------------	--	---	---	---	---	----

11	Menyusun model-model pembelajaran untuk meningkatkan kualitas gerak	1. Mahasiswa mampu menyusun minimal dua model pembelajaran untuk meningkatkan kualitas gerak 2. Mahasiswa mampu menjelaskan dengan jelas dan sistematis model-model pembelajaran yang telah disusun 3. Mahasiswa mampu mengimplementasikan model-model pembelajaran dalam praktikum	Kriteria: 1. Kelengkapan penyusunan model pembelajaran (40%) 2. Kualitas penyajian model pembelajaran (30%) 3. Kualitas implementasi model pembelajaran dalam praktikum (30%) Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasi, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Penilaian Portofolio	Praktikum luring di lapangan 3 X 50	Kuliah daring dengan bahan ajar interaktif seperti video, slide presentasi, dan simulasi Diskusi daring dalam kelompok kecil menggunakan aplikasi chatting dan video conference	Materi: Designing Instructional Programs for Motor Skills Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i>. McGraw-Hill Education Materi: Designing Instructional Programs Pustaka: Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2019). <i>Motor learning and performance: From principles to practice</i>. Human Kinetics Materi: Developing and Using Tests of Motor Performance Pustaka: Knudson, D. (2014). <i>Measurement and evaluation in human performance</i>. Human Kinetics. Materi: Motor Learning and Control Pustaka: Gabbard, C., & Leblanc, E. (2016). <i>Kinesiology: The mechanics and pathomechanics of human movement</i>. Wolters Kluwer.	5%
----	---	--	--	--	--	---	----

12	Mahasiswa mengimplementasikan model-model pembelajaran aktivitas gerak sesuai tinkatan dan perkembangan anak	1.Mahasiswa dapat menjelaskan model-model pembelajaran aktivitas gerak pada anak sesuai dengan tingkat dan perkembangan anak 2.Mahasiswa mampu mengimplementasikan model-model pembelajaran pada anak dengan baik dan benar 3.Mahasiswa dapat mengevaluasi hasil pembelajaran dan memberikan umpan balik kepada anak	Kriteria: 1.Kepatuhan pada model pembelajaran: 30% 2.Kemampuan untuk memberikan umpan balik yang sesuai: 40% 3.Kemampuan untuk mengembangkan model pembelajaran baru: 30% Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Simulasi pembelajaran Diskusi Kelompok Praktik/Unjuk Kerja Presentasi 3 X 50	Diskusi Kelompok Daring	Materi: Perkembangan motorik pada berbagai tahap kehidupan (infant, anak-anak, remaja, dan dewasa) dan faktor-faktor yang mempengaruhinya Pustaka: <i>Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. McGraw-Hill Education</i> Materi: Konsep-konsep dasar dalam motor learning seperti transfer of learning, feedback, retention, dan performance Pustaka: <i>Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i> Materi: Metode evaluasi kinerja motorik, termasuk penggunaan alat-alat ukur dan teknik pengukuran Pustaka: <i>Knudson, D. (2014). Measurement and evaluation in human performance. Human Kinetics.</i> Materi: Konsep "The Mountain of Motor Development" sebagai representasi visual dari tahapan-tahapan perkembangan motorik pada anak-anak Pustaka: <i>Clark, J. E., & Whittall, J. (2014). Motor control and learning: A behavioral emphasis. Human Kinetics</i>	5%
----	--	---	--	--	----------------------------	---	----

13	Mahasiswa Mempraktikkan Rancangan pengembangan model aktivitas motorik inovatif dalam pembelajaran PJOK bagi siswa SD/SMP/SMA sebagai bentuk dukungan untuk perkembangan fisik motorik siswa	1.Mahasiswa mampu menganalisis kondisi siswa SD/SMP/SMA dalam hal perkembangan fisik motorik mereka 2.Mahasiswa mampu mengidentifikasi kebutuhan siswa dalam hal aktivitas motorik.	Kriteria: 1.Kepatuhan pada struktur case study dan diskusi kelompok 2.Kemampuan dalam menganalisis kondisi siswa dan mengidentifikasi kebutuhan mereka Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Praktik / Unjuk Kerja, Tes	Case study dan diskusi kelompok 3 X 50	Diskusi Online, Eksplorasi Kasus Secara Online	Materi: Learning and Performance of Motor Skills Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i> . McGraw-Hill Education Materi: Motor Development During Childhood and Adolescence Pustaka: Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2015). <i>Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults</i> . McGraw-Hill Education	10%
14	Mahasiswa Mempraktikkan Rancangan pengembangan model aktivitas motorik inovatif dalam pembelajaran PJOK bagi siswa SD/SMP/SMA sebagai bentuk dukungan untuk perkembangan fisik motorik siswa	1.Mahasiswa mampu merancang model aktivitas motorik inovatif berdasarkan kebutuhan siswa yang telah diidentifikasi 2.Mahasiswa mampu menjelaskan landasan teori dan prinsip yang digunakan dalam model aktivitas motorik yang dirancang	Kriteria: 1.Kepatuhan pada struktur project-based learning 2.Kualitas rancangan model aktivitas motorik inovatif Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Project-based learning 3 X 50	Diskusi Online, Eksplorasi Sumber belajar Secara Online	Materi: The mountain of motor development: A metaphor. Motor development: Research and reviews Pustaka: Clark, J. E., & Whitall, J. (2014). <i>Motor control and learning: A behavioral emphasis. Human Kinetics</i> Materi: Instructional Strategies for Motor Skill Acquisition Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications</i> . McGraw-Hill Education	10%

15	Mahasiswa Mempraktikkan Rancangan pengembangan model aktivitas motorik inovatif dalam pembelajaran PJOK bagi siswa SD/SMP/SMA sebagai bentuk dukungan untuk perkembangan fisik motorik siswa	1.Kepatuhan pada struktur diskusi kelompok dan presentasi 2.Kemampuan dalam mempresentasikan hasil proyek dan memberikan umpan balik	Kriteria: 1.Kepatuhan pada struktur diskusi kelompok dan presentasi 2.Kemampuan dalam mempresentasikan hasil proyek dan memberikan umpan balik Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Project-based learning (part 2) Diskusi kelompok dan presentasi 3 X 50	Diskusi Online, Eksplorasi Sumber belajar Secara Online	Materi: The mountain of motor development: A metaphor. Motor development: Research and reviews Pustaka: Clark, J. E., & Whittall, J. (2014). <i>Motor control and learning: A behavioral emphasis. Human Kinetics</i> Materi: Instructional Strategies for Motor Skill Acquisition Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i> Materi: Program Evaluation Pustaka: Knudson, D. (2014). <i>Measurement and evaluation in human performance. Human Kinetics.</i> Materi: Langkah-langkah merancang model aktivitas motorik inovatif yang sesuai dengan karakteristik siswa di tingkat SD/SMP/SMA Pustaka: Kiram Y.1992. <i>Belajar Motorik . Jakarta: Dirjen Dikti, Depdikbud.</i> Materi: Implementasi model aktivitas motorik inovatif dalam pembelajaran PJOK Pustaka: Magill, R. A., & Anderson, D. (2013). <i>Motor learning and control: Concepts and applications. McGraw-Hill Education</i>	5%
16	UAS	UAS	Kriteria: Siswa dapat mengerjakan soal materi pertemuan 1 - 15 Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	3 X 50		Materi: UAS Pengetahuan Pustaka: Papalia, D, Olds, S.W, & Feldman, R.D. 2001. <i>Human Development. Mc Graw-Hill Int</i>	10%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipasif	54.59%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	15.59%
3.	Penilaian Portofolio	5.17%
4.	Penilaian Praktikum	5.17%
5.	Praktik / Unjuk Kerja	9.75%

6.	Tes	9.75%
		100%

Catatan

1. **Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
2. **CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
3. **CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
4. **Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
5. **Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
6. **Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
7. **Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
8. **Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
9. **Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
12. TM= Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 29 Februari 2024

Koordinator Program Studi S1
Pendidikan Jasmani, Kesehatan &
Rekreasi



MOCHAMAD RIDWAN
NIDN 0017028703

UPM Program Studi S1 Pendidikan
Jasmani, Kesehatan & Rekreasi



NIDN 0007028105

File PDF ini digenerate pada tanggal 24 Januari 2026 Jam 02:55 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

