

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

NAMA MATA KULIAH	: Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek)
KODE MATA KULIAH	: PL 418
JUMLAH SKS	: 2 sks
SEMESTER	: 4 (Genap)
KELOMPOK MATA KULIAH	: MKPP
POGRAM STUDI	: Pendidikan Kepelatihan Olahraga
STATUS MATA KULIAH	: Mata kuliah pilihan dari Program S1 PKO
NAMA DOSEN	: Drs. Dede Rohmat Nurjaya Drs. Dadan Mulyana Drs. Ita Tirta

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Sejarah dan Perkembangan Cabang Olahraga Dayung
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa mengetahui dan dapat menjelaskan Sejarah dan Perkembangan Cabang Olahraga Dayung.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
1	<p>1.1. Mahasiswa dapat menjelaskan Sejarah dan perkembangan olahraga dayung dalam skala Regional dan Internasional.</p> <p>1.2. Mahasiswa dapat menjelaskan Sejarah dan perkembangan olahraga dayung dalam skala Nasional</p>	<p>1.1. Sejarah dan perkembangan olahraga dayung dalam skala Regional dan Internasional.</p> <p>1.2. Sejarah dan perkembangan olahraga dayung dalam skala Nasional.</p>	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	<p>Mencari beberapa informasi tentang sejarah dan perkembangan olahraga dayung dalam skala Internasional, Regional dan Nasional dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan</p> <p>Kuis bisa diakhir jam pelajaran</p>	<p>OHP dan LCD</p> <p>- Toro (1986)</p> <p>- FISA (1999)</p>

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Teknik Dasar Mendayung Canoeing (Kayak)
 Tujuan Pembelajaran Umum (Kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kayak).
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
2 - 3	1. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan-tahapan dalam belajar mendayung canoeing (kayak) 2. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kayak)	1. Tahapan belajar mendayung canoeing (kayak). 2.1. Latihan kesetimbangan 2.2. Teknik dasar mendayung Canoeing (kayak) 2.3. Koordinasi teknik dasar mendayung canoeing (kayak)	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan dalam melatih mendayung canoeing (kayak) dan teknik dasar mendayung canoeing (kayak) dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Teknik Dasar Mendayung Canoeing (Kano Polo)
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kano polo).
 Jumlah Pertemuan : 3 (tiga) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
4 - 6	<p>1. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan-tahapan dalam belajar mendayung canoeing (kano polo)</p> <p>2. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kano polo)</p>	<p>1. Tahapan belajar mendayung canoeing (kano polo).</p> <p>2.1. Teknik dasar mendayung canoeing (kano polo)</p> <p>2.2. Teknik dasar bermain kano polo (manuvering, dribling, shooting, dan passing)</p> <p>2.3. Organisasi permainan kano polo.</p>	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	<p>Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan dalam melatih mendayung canoeing (kano polo) dan teknik dasar mendayung canoeing (kano polo) dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan</p> <p>Kuis bisa diakhir jam pelajaran</p>	<p>OHP dan LCD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Teknik Dasar Mendayung Canoeing (Kano Polo)
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kano polo).
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
7 - 8	1. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan-tahapan dalam belajar mendayung canoeing (kano canada) 2. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kano canada)	1. Tahapan belajar mendayung canoeing (kano polo). 2.1 Teknik dasar mendayung canoeing (kano canada) 2.2 Manuver	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan dalam melatih mendayung canoeing (kano canada dan teknik dasar mendayung canoeing (kano canada) dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Ujian Tengah Semester
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kayak, kano polo dan kano canada).
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
9	Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar mendayung canoeing (kayak, kano polo dan kano canada) yang telah disajikan dalam pertemuan ke 2 - 8.	Materi dari pertemuan ke 2 – 8.	Mahasiswa melakukan tehnik mendayung canoeing (kayak, kano polo dan kano canada) yang telah disajikan dalam pertemuan ke 2 - 8.	Tes demonstrasi	OHP dan LCD - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Teknik Dasar Mendayung Rowing
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung rowing.
 Jumlah Pertemuan : 2 (dua) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
10 - 11	1. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan-tahapan dalam belajar mendayung rowing 2. Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan teknik dasar mendayung rowing	1. Tahapan belajar mendayung rowing 2.1. Teknik dasar mendayung rowing (sculling) 2.2. Teknik dasar mendayung rowing (sweep rowing)	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan dalam melatih mendayung rowing dan teknik dasar mendayung rowing dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Melatih Pemula
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan mengajar teknik dasar untuk pemula.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
12	Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tahapan-tahapan melatih tehnik dasar mendayung buat atlet pemula	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tahapan belajar gerak 2. Melatih kesetimbangan 3. Tahapan melatih tehnik dasar mendayung canoeing 4. Tahapan melatih tehnik daasar mendayug rowing 	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan melatih tehnik dasar mendayung buat atlet pemula dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999) - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Methodology pelatihan cabang olahraga dayung
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan dapat membuat program latihan untuk cabang dayung.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
13	Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan dapat membuat program latihan untuk cabang dayung dalam skala jangka panjang, jangka menengah dan jangka pendek.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Karakteristik cabang olahraga dayung 2. Program latihan jangka panjang pada cabang olahraga dayung. 3. Program latihan jangka menengah dan jangka pendek pada cabang olahraga dayung. 4. Model-model latihan kondisi fisik pada cabang olahraga dayung. 	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	<p>Mencari beberapa informasi tentang tahapan-tahapan melatih teknik dasar mendayung buat atlet pemula dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan</p> <p>Kuis bisa diakhir jam pelajaran</p>	<p>OHP dan LCD</p> <ul style="list-style-type: none"> - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999) - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan tentang Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
14	Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan tentang Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung (kayak, kano polo, kano canada dan rowing)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung canoeing 2. Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung kano polo 3. Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung rowing 	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang Peraturan permainan & perlombaan cabang olahraga dayung (kayak, kano polo, kano canada dan rowing) dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999) - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : . PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Perwasitan dalam cabang olahraga dayung
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tugas-tugas perwasitan dalam cabang dayung.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
15	Mahasiswa dapat mengetahui, menjelaskan dan melakukan tugas-tugas perwasitan dalam cabang dayung (kayak, kano polo, kano canada dan rowing)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perwasitan cabang olahraga dayung canoeing 2. Perwasitan cabang olahraga dayung kano polo 3. Perwasitan cabang olahraga dayung rowing 	Menyimak penjelasan dosen, bertanya-jawab, mengerjakan tugas dan berdiskusi	Mencari beberapa informasi tentang tugas-tugas perwasitan dalam cabang dayung (kayak, kano polo, kano canada dan rowing) dikaitkan dengan proses pembelajaran / pelatihan Kuis bisa diakhir jam pelajaran	OHP dan LCD - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999) - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)

SATUAN ACARA PERKULIAHAN

Kode dan Nama Mata Kuliah : .PL 418 Pelatihan Cabang Olahraga Dayung (teori dan praktek), S1, 2 sks
 Topik bahasan : Ujian Akhir Semester
 Tujuan Pembelajaran Umum (kompetensi) : Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar mendayung rowing serta menjawab soal dalam ujian akhir semester.
 Jumlah Pertemuan : 1 (satu) kali pertemuan

Pertemu-an ke	Tujuan Pembelajaran Khusus (performasi / indikator)	Sub pokok bahasan dan rincian materi	Proses pembelajaran (kegiatan mahasiswa)	Tugas dan evaluasi	Media dan buku sumber
16	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa dapat melakukan teknik dasar mendayung rowing yang telah disajikan dalam pertemuan ke 10 - 11. 2. Mahasiswa dapat menjawab soal-soal dari materi yang telah disampaikan pada pertemuan ke: 1 - 15 	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. Materi ujian akhir semester meliputi mater bahan perkuliahan dari pertemuan ke 10 – 11. 2.1. Materi ujian akhir semester meliputi mater bahan perkuliahan dari pertemuan ke 12 – 15. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa melakukan teknik dasar mendayung rowing yang telah disajikan dalam pertemuan ke 10 - 11. 2. Menjawab soal-soal ujian akhir semester pada lembar jawaban yang tersedia 	<p>Tes demonstrasi</p> <p>Menjawab soal-soal ujian akhir semester pada lembar jawaban yang tersedia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - FISA Level I (1987) - FISA Level II (1987) - FISA Level III (1987) - FISA (1999) - Toro (1986) - Santo (1992) - Richard (1992)