



SILABI

**PENDIDIKAN DAN PELATIHAN PEMBEKALAN TERPUSAT
GURU SDLB/SLB TINGKAT DASAR DALAM MATA PELAJARAN PENJASKES**

**PEMBELAJARAN ATLETIK
PPGK 3138**

**PENYUSUN/PENGEMBANG
SILABI**

Drs. Yoyo Bahagia, M. Pd

SILABI PENDIDIKAN DAN PELATIHAN PEMBEKALAN TERPUSAT GURU SDLB/SLB TINGKAT DASAR DALAM MATA PELAJARAN PENJASKES

PRO. MS
PPGK

Nama Mata Sajian : Pembelajaran Atletik
Jumlah Jam Diklat : 6 Jam (a' 45 menit)
Penyaji : Drs. Yoyo Bahagia, M. Pd

A. Tujuan :

Peserta Diklat Guru SDLB/SLB Tingkat Dasar memahami dan memiliki wawasan tentang hakikat dan strategi pembelajaran atletik yang bertumpu pada ciri permainan dan pengayaan pola gerak dasar jalan, lari, lompat dan lempar dengan penekanan pada penguasaan irama dan koordinasi gerak yang disesuaikan dengan tingkat kematangan dan kebutuhan Anak Luar Biasa.

NO	TUJUAN		RINCIAN MATERI	LANGKAH KEGIATAN	WAKTU	MEDIA	RUJUKAN UTAMA
	UMUM	KHUSUS					
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Memahami dan memiliki wawasan tentang Hakikat Olahraga Atletik	1.1 Dapat menjelaskan pengertian dan sejarah atletik	1.1.1. Pengertian atletik 1.1.2. Sejarah atletik	Ceramah Diskusi Tanya Jawab	1Jam	OHP Beningan	Doherty K., (1985) Track and Field Omni Book

1	2	3	4	5	6	7	8
		<p>1.2. Dapat menjelaskan makna dan nilai olahraga atletik</p> <p>1.3. Dapat menjelaskan pentingnya atletik bagi siswa SDLB</p> <p>1.4. Dapat menjelaskan ruang lingkup pembelajaran atletik</p>	<p>1.2.1. Atletik berorientasi bermain</p> <p>1.2.2. Nilai dalam permainan atletik</p> <p>1.3.1. Pentingnya atletik bagi siswa SDLB</p> <p>1.4.1. Ruang lingkup pembelajaran atletik</p>	<p>Ceramah Diskusi Tanya jawab</p> <p>Ceramah Diskusi Tanya jawab</p> <p>Ceramah Diskusi Tanya jawab</p>			<p>Hans Katzenbogner/ Michael Medles, (1996), Buku Pedoman Lomba Atletik, Seri 1, 2 dan 3</p> <p>Aussie, (1996)., Modified Sport, A Quality Yunion Sport Approach</p>
2	Memahami dan memiliki wawasan tentang karakteristik gerak dalam atletik	2.1. Dapat menjelaskan dan mendemonstrasikan karakteristik gerak dalam atletik	<p>2.1.1. Karakteristik gerak jalan dan lari</p> <p>2.1.2. Karakteristik gerak lompat</p> <p>2.1.3. Karakteristik gerak lempar.</p>	<p>Ceramah Diskusi Demonstrasi Tanya jawab</p>	1 Jam	OHP Beningan	
3	Memahami dan memiliki wawasan serta kemampuan dalam pengembangan pembelajaran atletik	3.1. Dapat menjelaskan strategi pembelajaran atletik	3.1.1. Prinsip-prinsip pengembangan pendidikan jasmani	<p>Ceramah Diskusi Tanya jawab</p>		OHP Beningan	

1	2	3	4	5	6	7	8
		3.2. Dapat menjelaskan dan memperagakan pengembangan pembelajaran pola gerak dasar dan pola gerak dominan nomor-nomor atletik	3.2.1. Pengembangan pola gerak dasar dan pola gerak dominan nomor jalan dan lari. 3.2.2. Pengembangan pola gerak dasar dan pola gerak dominan nomor lompat 3.2.3. Pengembangan pola gerak dasar dan pola gerak dominan nomor lempar	Ceramah Diskusi Tanya jawab Demonstrasi Ceramah Diskusi Tanya jawab Demonstrasi Ceramah Diskusi Tanya jawab Demonstrasi	2 Jam 2 Jam 2 Jam	Alat-alat modifikasi seperti: Kardus, ban sepeda bekas, bilah-bilah bambu	James G Hay, (1993), Biomechanic of Sport Techniques.
4	Memahami dan memiliki wawasan tentang pembuatan model-model pembelajaran atletik untuk siswa SDLB/SLB Tingkat Dasar	4.1. Dapat menjelaskan dan membuat model-model pembelajar atletik di SDLB/SLB Tingkat Dasar	4.1.1. Model pembelajaran lari 4.1.2. Model pembelajaran lompat 4.1.3. Model pembelajaran lempar	Ceramah Diskusi Tanya jawab	2 Jam	OHP Beningan	

DAFTAR KEBUTUHAN ALAT PENUNJANG PROSES DIKLAT

MATA KULIAH : PEMBELAJARAN ATLETIK
DOSEN PENYAJI : DRS. YOYO BAHAGIA, M. Pd

NO	ALAT STANDARD YANG DIGUNAKAN	ALAT ALTERNATIF JIKA ALAT STANDARD TIDAK TERPENUHI	KETERANGAN
1	2	3	4
1	1.1. Start block 1.2. Spike 1.3. Gawang 1.4. Cakram 1.5. Lembing 1.6. Peluru 1.7. Kasur busa	1.1. Bilah-bilah bambu 1.2. Ban-ban sepeda bekas 1.3. Kardus bekas 1.4. Karet ban dalam 1.5. Bangku swedia 1.6. Bola medisine 1 – 2 Kg 1.7. Bola tenis berekor 1.8. Tambang/Tali	Gunakan saja alat-alat alternatif