



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Program Studi S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)	SEMESTER	Tgl Penyusunan												
Metode Melatih Fisik, Teknik, Taktik & Mental Cabor Baseball/ Softball	8520204494		T=1 P=0 ECTS=1.59	3	3 Oktober 2024												
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi												
		Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.												
Model Pembelajaran	Case Study																
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																
	Matrik CPL - CPMK																
		CPMK															
	Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																
	CPMK	Minggu Ke															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini mengkaji tentang penguasaan dan penyusunan model latihan Fisik, Teknik, Taktik, dan Mental Cabor Baseball/ Softball																
Pustaka	Utama :																
	Pendukung :																
Dosen Pengampu	Mohammad Faruk, S.Pd., M.Kes.																
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	Pengantar RPS matakuliah			ceramah dan diskusi 2 X 50			0%										
2	Mampu mengetahui dasar-dasar melatih fisik cabor Baseball/ Softball	1.Mahasiswa mampu memahami dasar-dasar melatih kondisi fisik yang dominan pada Cabor Baseball/ Softball 2.Mahasiswa mampu memahami dasar-dasar melatih fisik sesuai usia atlit	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	CeramahDiskusiTanya jawab 4 X 50			0%										

3	Mahasiswa mampu menyusun dan menguasai komponen kondisi fisik dan mengetahui model latihan fisik cabor Baseball/ Softball	1.mampu menyusun dan menguasai komponen kondisi fisik 2.mengetahui model latihan fisik cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawabdemonstrasipenugasan 4 X 50			0%
4	mahasiswa mampu menyusun dan menguasai model-model latihan teknik Cabor Baseball/ Softball	1..mampu menyusun dan menguasai model-model latihan teknik Cabor Baseball/ Softball 2.mampu menyusun dan menguasai model-model latihan teknik secara individu maupun kelompok Cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawabdemonstrasipenugasan 4 X 50			0%
5	mahasiswa mampu menguasai program latihan fisik, teknik dan taktik melalui aplikasi atlit Development	mampu menyusun dan menguasai program latihan fisik, teknik dan taktik melalui aplikasi atlit Development	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%
6	memahami cara membuat perencanaan program latihan tahunan pada cabor Baseball/ Softball	mampu memahami cara membuat perencanaan program latihan tahunan pada cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%
7	mahasiswa memahami cara membuat perencanaan program bulanan Cabor Baseball/ Softball	mampu memahami cara membuat perencanaan program bulanan Cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%
8	memahami perencanaan program harian pada cabor Baseball/ Softball	mampu memahami cara membuat perencanaan program harian pada cabor Baseball/ Softballmampu mengetahui persiapan umum dan khusus	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%
9	UTS	dapat menjawab tentang teori dasar melatih fisik teknik dan taktikmengetahui penyusunan program latihan harian, bulanan dan tahunan Cabor Baseball/ Softball		pengisian lembar tugas 4 X 50			0%
10	memahami perencanaan program pick performen dari program tahunan, bulanan dan harian	mampu memahami perencanaan program pick performenmampu memahami perencanaan program tahunan, bulanan dan harian	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%

11	memahami program latihan makro, mikro, dan meso dalam Cabor Baseball/ Softball	1.mampu memahami program latihan makro, mikro, dan meso dalam Cabor Baseball/ Softball 2.mampu mengetahui persamaan dan perbedaan program latihan tahunan dengan makro, mikro, dan meso dalam Cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramahdiskusitanya jawab 4 X 50			0%
12	mengetahui dasar-dasar aplikasi mental atlit	1.mampu mengetahui dasar-dasar aplikasi mental atlit 2.mengetahui karakteristik atlit	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramah, diskusi, tanya jawab 4 X 50			0%
13	aplikasi psikologi dan mental sesuai karakteristik atlit	1.mampu mengetahui aplikasi psikologi dan mental sesuai karakteristik atlit 2.mempu mengetahui karakteristik atlit	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat keaktifan mahasiswa dan tata tertib perkuliahan	Ceramah, diskusi, tanya jawab 4 X 50			0%
14	membuat program latihan tahunan, bulanan dan harian cabor Baseball/ Softball	mampu membuat program latihan tahunan, bulanan dan harian cabor Baseball/ Softball	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat hasil isi tugas yang dikerjakan	Ceramah, diskusi, tanya jawab 4 X 50			0%
15	penerapan aplikasi program yang sudah dibuat kepada atlit	1.mampu menerapkan aplikasi program yang sudah dibuat kepada atlit 2.mengeti pengalaman praktek dilapangan 3.mengerti kendala dilapangan 4.laporan hasil praktek dilapangan	Kriteria: memberikan nilai dengan cara melihat aplikasi tugas dan laporan dilapangan	penerapan aplikasi yang sudah dikerjakan 4 X 50			0%
16	UAS			2 X 50			0%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
		0%

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.