



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		
Perencanaan Program Latihan Cabor Sepatu Roda	8520204591		T=2 P=1 ECTS=4.77	5	17 November 2024		
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi		
		Dr. Or. Muhammad, S.Pd., M.Pd.		
Model Pembelajaran	Project Based Learning						
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK						
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)						
	Matrik CPL - CPMK						
		CPMK					
Deskripsi Singkat MK	Mempraktikkan metode-metode pelatihan teknik Karate baik Kihon (teknik dasar), Kata (jurus), Kumite (teknik berkelahian), Ishodori (teknik bela diri praktis). Mempelajari sistem pertandingan karate dan praktik perwasitan. Filosofis Karate-Do pun dalam kajian diskusi. Model – Model dan media pembelajaran peningkatan prestasi saat ini.						
	Pustaka	Utama : 1. Perry Paul. 1992. Bebas Cidera Karate . Jakarta: Ghalia Indonesia. 2. Sujito J.B. 2006. Teknik Oyama Karate . Jakarta: PT. Alex Media Komputindo. 3. Prayitno Kwat dan P. Rahmadi Guruh. 2007. Karate Kata. Jombang: K-Media. 4. Pardijono, dan Yulfadinata Afifan. 2014. Buku Ajar Sarana dan Prasarana Olahraga Edisi 1 . Surabaya: Unesa University Press. 5. Yulfadinata Afifan dan Wisnu Hari. 2017. Buku Ajar Mahasiswa Beladiri Karate . Surabaya: Unesa University Press.					
Dosen Pengampu	Dr. Mochamad Purnomo, S.Pd., M.Kes.						
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuk 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	Mampu mengetahui revidu, konsep, dan makna Karate-Do	- Mampu merevidu makna karate-do - Mengetahui konsep dari karate-do - Mengetahui makna dari karate-do		Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 4 X 50			0%
2	Mampu memahami Berbagai model latihan Teknik dasar atau Kihon	Memahami Berbagai model latihan Teknik dasar atau Kihon		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50			0%

3	Mampu mempraktikkan Model-model latihan kekuatan pukulan atau punching	Menguasai berbagai Model-model latihan kekuatan pukulan atau punching		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
4	Mampu mempraktikkan Latihan teknik SHITEI KATA atau JURUS WAJIB	Menguasai teknik SHITEI KATA atau JURUS WAJIB		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
5	Mampu mempraktikkan latihan dasar pernafasan atau hara karate-do	Menguasai teknik dasar pernafasan atau hara karate-do		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
6	Mampu mempraktikkan Metode dan Prinsip latihan KUMITE atau teknik perkelahian	Menguasai Metode dan Prinsip latihan KUMITE atau teknik perkelahian		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
7	Mampu mempraktikkan Bela diri praktis atau BDP	Menguasai teknik Bela diri praktis atau BDP		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
8	UTS	UTS		Praktik lapangan 2 X 50		0%
9	Mampu mempraktikkan Metode dan konsep latihan TENDANGAN	Menguasai Metode dan konsep latihan TENDANGAN		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
10	Mampu mempraktikkan Model latihan kecepatan punching dan kicking	Menguasai Model latihan kecepatan punching dan kicking		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
11	Mampu mempraktikkan Model latihan kelincahan dengan pendekatan jurus pilihan	Menguasai Model latihan kelincahan dengan pendekatan jurus pilihan		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
12	Mampu mempraktikkan Perwasitan karate-do	Menguasai Perwasitan karate-do		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
13	Mampu melakukan Simulasi Pertandingan	Memahami pertandingan karate-do dan mensimulasikan		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
14	Mampu melakukan Simulasi Pertandingan	Memahami pertandingan karate-do dan mensimulasikan		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
15	Mampu memecahkan Isu-isu dan masalah dalam implementasi perkembangan karate	Memahami Isu-isu dan masalah dalam implementasi perkembangan karate		Praktek lapangan,Ceramah,tanya-jawab dan diskusi 2 X 50		0%
16		UAS		UAS 2 X 50		0%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

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.