



**PROGRAM SARJANA TEKNOLOGI REKAYASA ELEKTROMEDIS
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

KONTRAK PERKULIAHAN

Nama Dosen : Danang Widyawarman, S.ST, M.Sc
Mata Kuliah : Seni Dan Olahraga
Program Studi : Teknologi Rekayasa Elektro-medis
Kelas/ Angkatan : 22.A1/ 2022
Semester : 2 (Dua)
Tahun Akademik : 2022/ 2023

CAPAIAN PEMBELAJARAN/ *LEARNING OUTCOME*

Mata kuliah Seni dan Olahraga termasuk mata kuliah Fakultas Saintek yang merupakan bagian dari keseluruhan kurikulum pendidikan maupun non-pendidikan di Universitas PGRI Yogyakarta. Mata kuliah Seni dan Olahraga diberikan pada tahun ke empat dengan bobot 2 sks selama satu semester. Mata kuliah ini membekali peserta didik melalui pengalaman belajar yang diarahkan untuk mengembangkan nilai-nilai kesehatan, kebugaran jasmani dan afektif sepanjang hayat. Dengan berpartisipasi dalam mata kuliah ini diharapkan mahasiswa memiliki kualitas hidup yang lebih baik, mengurangi resiko terkena penyakit dan mendapatkan manfaat-manfaat psikologis maupun emosional melalui aktivitas jasmani.

SOFTSKILL

Mampu menguasai pendekatan, metode hingga model pembelajaran yang dikembangkan dalam mata kuliah ini diarahkan untuk memberi kesempatan seluas-luasnya kepada mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan sosial dan kognitif sehingga terbentuk gaya hidup sehat dan aktif serta meningkatnya partisipasi dalam beraktivitas fisik secara mandiri sepanjang hayat

BAHAN KAJIAN

1. Pola Hidup Sehat
2. Kebugaran jasmani
3. Aktivitas Fisik
4. Evaluasi Kebugaran Jasmani dan Status Level Aktivitas Fisik
5. Indeks Massa Tubuh dan Kebugara

KETENTUAN/ KESEPAKATAN

1. Kehadiran mahasiswa dalam kuliah minimal 75% dari total tatap muka
2. Toleransi keterlambatan kuliah maksimal 15 menit
 - a. Mahasiswa terlambat lebih dari 15 menit tidak diperkenankan mengikuti perkuliahan (kecuali ada alasan yang diterima dosen)
 - b. Dosen terlambat lebih dari 15 menit kuliah ditiadakan (kecuali ada pemberitahuan kepada mahasiswa) dan diganti hari lain
3. Setiap bahan kajian dilakukan evaluasi
4. Mahasiswa wajib mengikuti UTS dan UAS
5. Dalam perkuliahan/ konsultasi dengan dosen, mahasiswa wajib berperilaku sopan (berbicara, berpakaian) dan menghargai
6. Mahasiswa wajib bersepatu, dan atasan baju (bukan kaos)
7. **Melakukan projek akhir dalam pembelajaran**

PENILAIAN HASIL BELAJAR

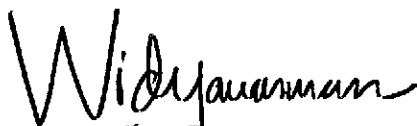
No	Uraian	Bobot (%)
1.	Rata-rata tugas	20
2.	Kehadiran	15
3.	Tugas Mandiri/ projek	45
4.	UAS	20
	JUMLAH	100

Yogyakarta 10 Maret 2023

Ketua Program Studi,

Dosen Pengampu,

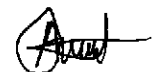
Ketua Kelas/ Angkatan



(Danang Widyawarman, S.ST, M.Sc)
NIS. 19870331 201907 1 007



(Danang Widyawarman, S.ST, M.Sc)
NIS. 19870331 201907 1 007



(ABDUL KODIR RAM)
NPM. 191130004