

PROGRAM TAHUNAN (PROTA)

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN

KELAS 1 • FASE A (UMUMNYA KELAS I–II)

TAHUN PELAJARAN 2026/2027

Satuan Pendidikan	NAMA SEKOLAH
Guru PJOK	NAMA GURU
NIP	_____
Tahun Pelajaran	2026/2027

NAMA SEKOLAH

2026

A. IDENTITAS PROGRAM

Satuan Pendidikan	NAMA SEKOLAH	Mata Pelajaran	Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
Kelas / Fase	1 / Fase A (umumnya Kelas I–II)	Tahun Pelajaran	2026/2027
Alokasi Waktu	108 JP per tahun	Minggu Efektif	36 minggu
Guru PJOK	NAMA GURU	NIP	_____
Kepala Sekolah	NAMA KEPALA SEKOLAH	NIP	_____

B. DASAR DAN PRINSIP PENYUSUNAN

- Program Tahunan disusun berdasarkan CP, TP, dan ATP PJOK Kelas 1 yang telah ditetapkan untuk Tahun Pelajaran 2026/2027.
- Urutan unit, tujuan pembelajaran, materi esensial, asesmen, dan alokasi waktu dipertahankan sesuai dokumen ATP kelas.
- Penempatan bulan bersifat rencana operasional dan dapat disesuaikan dengan kalender pendidikan, kondisi cuaca, sarana, serta agenda sekolah tanpa mengubah total alokasi tahunan.
- Pelaksanaan PJOK mengutamakan keselamatan, partisipasi aktif, diferensiasi kemampuan, fair play, dan kebiasaan hidup sehat.

C. REKAPITULASI ALOKASI WAKTU

Semester	Rentang TP	Jumlah Unit	Alokasi	Rata-rata JP/Minggu
Semester 1	TP 1.1–TP 1.6	6 unit	54 JP	3 JP/minggu
Semester 2	TP 1.7–TP 1.12	6 unit	54 JP	3 JP/minggu

D. PROGRAM TAHUNAN PJOK

No.	Semester	Unit / Topik	TP	Materi dan Pengalaman Belajar Esensial	Alokasi	Perkiraan Bulan
1	Semester 1	Aku Bergerak Aman	TP 1.1	Gerak berjalan dan berlari pada garis lurus, zig-zag, maju–mundur, cepat–lambat.	12 JP	Juli–Agustus
2	Semester 1	Tubuhku Seimbang	TP 1.2	Gerak menekuk, meregang, mengayun, memutar, bertumpu, dan keseimbangan statis.	9 JP	Agustus
3	Semester 1	Bermain dengan Bola Besar	TP 1.3	Menggulingkan, melempar bawah, melempar dua tangan, dan menangkap bola besar.	9 JP	September
4	Semester 1	Ruang dan Kecepatan	TP 1.4	Konsep arah, level, ruang pribadi, jalur, dan tempo.	9 JP	September–Oktober
5	Semester 1	Bermain Jujur dan Tertib	TP 1.5	Aturan sederhana, antre, giliran, dan menerima hasil.	9 JP	Oktober–November
6	Semester 1	Gerak Membuatku Sehat	TP 1.6	Aktivitas aktif harian dan manfaat gerak.	6 JP	November–Desember
7	Semester 2	Lintasan Petualangan	TP 1.7	Rangkaian lokomotor dan pendaratan aman.	12 JP	Januari
8	Semester 2	Kaki Terampil	TP 1.8	Menendang dan menghentikan bola ke arah sasaran.	9 JP	Februari

No.	Semester	Unit / Topik	TP	Materi dan Pengalaman Belajar Esensial	Alokasi	Perkiraan Bulan
9	Semester 2	Gerak Berirama Ceria	TP 1.9	Gerak mengikuti ketukan 4–6 hitungan.	9 JP	Februari–Maret
10	Semester 2	Tantangan Bersama	TP 1.10	Kerja sama menyusun dan menyelesaikan permainan gerak.	9 JP	Maret–April
11	Semester 2	Pilihan Sehatku	TP 1.11	Kebiasaan sehat, air minum, makanan beragam dan bergizi.	9 JP	April–Mei
12	Semester 2	Aku Tahu Cara Aman	TP 1.12	Bahaya di lapangan, ruang ganti, jalan, dan air; meminta bantuan.	6 JP	Mei–Juni

Total alokasi: 108 JP. Angka alokasi mengikuti ATP PJOK Kelas 1; perkiraan bulan diperinci dalam dokumen Program Semester.

E. TINDAK LANJ DAN PENYESUAIAN

Guru melakukan penyesuaian urutan kegiatan berdasarkan hasil asesmen diagnostik dan formatif, kondisi peserta didik, ketersediaan sarana, cuaca, serta kalender pendidikan sekolah. Penyesuaian dicatat pada jurnal mengajar tanpa mengurangi ketercapaian tujuan pembelajaran dan total alokasi waktu.

Mengetahui,
Kepala Sekolah

Kota, ____ 2026
Guru PJOK

NAMA KEPALA SEKOLAH
NIP. _____

NAMA GURU
NIP. _____