

ANALISIS ALOKASI WAKTU

Mata Pelajaran : PJOK
Satuan Pendidikan : SMP. Negeri 6 Kota Kupang
Kelas/Semester : VIII / Ganjil
TahunPelajaran : 2026/2027

PERHITUNGAN MINGGU/JAM EFEKTIF

1. Jumlah Minggu Dalam Satu Semester

No.	Bulan	Jumlah Minggu	Minggu Tidak Efektif	Minggu Efektif Non-KBM	Minggu Efektif KBM
1.	Juli	5	2	0	3
2.	Agustus	4	0	0	4
3.	September	4	0	1	3
4.	Oktober	4	0	0	4
5.	November	4	0	2	3
6.	Desember	4	2	2	0
	Jumlah	25	4	4	17

2. Jumlah Minggu Tidak Efektif dan Minggu Efektif Non - KBM

No.	Uraian Kegiatan	Jumlah Minggu	Keterangan
1.	Libur Semester Genap TP.2026/2027 dan MPLS	2	Juli, Minggu ke - 1 dan ke-2
2.	Sumatif Tengah Semester Ganjil	1	September, Minggu ke - 4
3.	Sumatif Akhir Semester Ganjil	1	November, Minggu ke - 4
4.	Analisis dan Pengimputan e-Rapot	2	Desember, Minggu ke – 1 dan 2
5.	Libur Akhir Semester Ganjil 2026/2027	2	Desember, Minggu ke - 3 dan 4
	Jumlah	8	

3. Pengelolaan Jam Efektif

Banyaknya Minggu Efektif : $25 - 8 = 17$ Minggu

Banyaknya JP Intrakurikuler : $17 \text{ Minggu} \times 3 \text{ Jam Pelajaran} = 51 \text{ JP}$

Penilaian Harian : $2 \times \text{Penilaian Harian}$

DISTRIBUSI ALOKASI WAKTU

No	ALUR TUJUAN PEMBELAJARAN/LINGKUP MATERI	Alokasi Waktu
1	1.1 Peserta didik mampu mempraktikkan aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 1.2 Peserta didik mampu menganalisis aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (mengoper, menangkap, menggiring, dan menembak bola permainan bola basket) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 1.3 Peserta didik mampu memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengeksprisiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain 1.4 Peserta didik mampu mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, dan nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosia	12 JP
2	2.1 Peserta didik mampu mempraktikkan aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (Permainan lapangan) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 2.2 Peserta didik mampu menganalisis aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (Permainan Lapangan) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 2.3 Peserta didik mampu memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengeksprisiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain. 2.4 Peserta didik mampu mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, dan nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial.	12 JP
3.1 3.2 3.3 3.4	3.1 Peserta didik mampu mempraktikkan aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (Rauders) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 3.2 Peserta didik mampu menganalisis aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (Raunders) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik. 3.3 Peserta didik mampu memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengeksprisiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain. 3.4 Peserta didik mampu mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, serta nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial	12JP

3.5	Peserta didik mampu mempraktikkan aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (lompat jauh) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik.	6 JP
3.6	Peserta didik mampu menganalisis aktivitas keterampilan variasi gerak spesifik dan fungsional permainan dan olahraga (lompat jauh) sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki oleh peserta didik.	
3.7	Peserta didik mampu memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengekspresiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain.	
3.8	Peserta didik mampu mengembangkan nilai-nilai gerak: nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kesehatan, nilai-nilai aktivitas jasmani untuk kegembiraan dan tantangan, serta nilai-nilai aktivitas jasmani untuk ekspresi diri dan interaksi sosial	

Mengetahui
Kepala UPTD SMP Negeri 6 Kupang

Kupang, 9 Juni 2026
Guru Mata Pelajaran