YAYASAN KARYA BAKTI CABANG YOGYAKARTA
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
KARITAS NGAGLIK
TERAKREDITASI
Alamat: Nandan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. Telp. (0274) 624813

PENILAIAN AKHIR SEMESTER
TAHUN AJARAN 2021/2022

Mata Pelajaran	**: PJOK**
Kelas	**: VII**
Hari/Tanggal	**: Rabu, 1 Desember 2021**
Waktu	**: 08.00 – 09.30**

Pilihlah huruf A, B, C, atau D sebagai jawaban yang paling benar lalu ketik jawaban pada kolom yang tersedia !

1. Suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian kian – kemari untuk diperebutkan para pemain – pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola disebut …..
   A. Sepakbola
   B. Basket
   C. Voli
   D. Kasti

2. Sepakbola merupakan permainan dua regu yang masing – masing regu terdiri dari ..
   A. 13
   B. 12
   C. 11
   D. 10

3. Permainan Sepakbola dimainkan dalam dua babak …..
   A. 2x40 menit
   B. 2x45 menit
   C. 2x30 menit
   D. 2x35 menit

4. Di Italia pada zaman Romawi sepakbola dikenal sebagai ….
   A. Haspartun
   B. Tanchu
   C. Choule
   D. Epishyros

5. FIFA berdiri pada tanggal …
   A. 19 April 1930
   B. 26 Oktober 1863
   C. 8 Desember 1863
   D. 21 Mei 1904

6. Berapa panjang lapangan sepakbola ….
   A. 101 – 111 m
   B. 100 – 110 m
   C. 101 – 110 m
   D. 100 – 111 m

7. Berapa berat bola untuk sepakbola ….
   A. 400 – 450 gram
   B. 410 – 500 gram
   C. 410 – 450 gram
   D. 400 – 410 gram

LIVEWORKSHEETS

8. 1. Tiap tim menempatkan 3 pemain penyerang pada daerah lapangan lawan dan 2 pemain bertahan pada daerah lapangan sendiri apakah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola
   2. Jumlah pemain 11 orang (untuk dua tim)

   Apakah sudah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola nomer 1 dan 2 …
   A. Benar semua
   B. Salah semua
   C. 1 Salah dan 2 Benar
   D. 1 Benar dan 2 Salah

9. Yang merupakan salah satu atlit timnas sepakbola Indonesia adalah …
   A. Cristian Gonzales
   B. Taufik Hidayat
   C. Aji Maulana Vikri
   D. Kelly P

10. Klub pendiri PSSI adalah …
   A. PSIM, PSS, PERSIBA
   B. PSIM, PERSIS, PPSM
   C. PERSIS, PPSM, PSIS
   D. PERSIS, PSIM, PSIS

11. Suatu cabang olahraga melambungkan bola melewati atas jaring atau net disebut ….
   A. Sepakbola
   B. Bulutangkis
   C. Voli
   D. Basket

12. Permainan bola voli meluas ke negara Uruguay pada tahun …
   A. 1905
   B. 1909
   C. 1913
   D. 1912

13. Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia disebut
   A. PSSI
   B. PBVSI
   C. PBSI
   D. PERBASI

14. Permainan bola voli di Indonesia terbentuk pada tanggal …
   A. 22 Januari 1945
   B. 21 Januari 1945
   C. 20 Januari 1945
   D. 19 Januari 1945

15. Keliling bola voli adalah …
   A. 60 – 65 cm
   B. 65 – 67 cm
   C. 67 – 70 cm
   D. 70 – 75 cm

16. Bola voli terbuat dari bahan ..
   A. Kulit
   B. Karet
   C. Rotan
   D. Getah

LIVEWORKSHEETS

17. 1. Bentuklah regu tiap regu 3 – 4 orang
    2. Kemudian regu lawan berusaha mengembalikkannya dengan menggunakan passing atas

    Apakah termasuk modifikasi dalam olahraga Voli …
    A. 1 Salah dan 2 Benar
    B. 1 Benar dan 2 Salah
    C. Salah semua
    D. Benar semua

18. Yang termasuk gerak spesifik dalam permainan bola voli adalah …
    A. Spike, Lob, Jumpshoot
    B. Spike, Servis, Shoot
    C. Spike, Servis, Bendungan
    D. Spike, Passing Atas, Shoot

19. Dalam bermain kamu diharapkan dapat menunjukkan nilai – nilai sikap seperti …
    A. Sportivitas, Kerjasama, Tanggung jawab
    B. Sportivitas, Kejujuran, Ketangkasan
    C. Kerjasama, Pengalaman, Kejujuran
    D. Kerjasama, Point banyak, Juara

20. Berdiri tegak, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang termasuk bentuk pembelajaran…
    A. Passing atas
    B. Passing bawah
    C. Smash
    D. Servis

21. Permainan ini bertujuan mencari nilai/angka sebanyak – banyaknya dengan cara memasukkan bola kedalam ring disebut ..
    A. Voli
    B. Sepakbola
    C. Sepak takraw
    D. Basket

22. Permainan bola basket yang kita kenal sekarang ini diciptakan oleh ..
    A. Dr. Luther Halsey Gulick
    B. Dr. Elmer Beny
    C. Dr. James A Naismith
    D. Dr. Lebron James

23. Federasi Bola Basket Internasional disebut …
    A. FIBA
    B. PSSI
    C. FIFA
    D. PBVSI

24. Yang termasuk gerak spesifik permainan bola basket adalah …
    A. Smash
    B. Lay up
    C. Spike
    D. Lob

25. Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia disebut …
    A. PERBASI
    B. FIBA
    C. PSSI
    D. PBSVI

LIVEWORKSHEETS

26. Pada tahun berapa PERBASI diterima menjadi anggota FIBA …
   A. 1955
   B. 1951
   C. 1953
   D. 1936

27. Permainan bola basket masing – masing regu terdiri dari ..
   A. 10 orang
   B. 11 orang
   C. 6 orang
   D. 5 orang

28. Permainan bola basket merupakan permainan yang gerakannya sangat kompleks karena gabungan dari ….
   A. Jalan, lari, lompat
   B. Lompat, lari, membungkuk
   C. Jalan, lari, kelenturan
   D. Lompat, lari, shoot

29. Di Indonesia dibentuk organisasi induk tingkat nasional yaitu
   A. PBSI
   B. IBF
   C. PBSVI
   D. PSSI

30. Persatuan bulu tangkis seluruh Indonesia dibentuk pada tanggal …
   A. 5 Juli 1934
   B. 5 Mei 1951
   C. 5 Februari 2019
   D. 5 April 1950

31. Alat pemukul yang sangat ringan ringan dan kuat dengan berat …
   A. 155 gram
   B. 150 gram
   C. 152 gram
   D. 154 gram

32. Raket pemukul pada bulutangkis terbuat dari ….
   A. Fiberglass
   B. Karet
   C. Plastik
   D. Besi

33. Yang termasuk gerak spesifik / gerak dasar dalam permainan bulutangkis adalah …
   A. Spike
   B. Shoot
   C. Lay up
   D. Drive

34. Tenis meja masuk ke Indonesia pada tahun …
   A. 1926
   B. 1940
   C. 1930
   D. 1961

LIVEWORKSHEETS

35. Badan menghadap penuh ke meja biasanya posisi ini digunakan untuk siap menerima servis disebut …
    A. Side stance
    B. Penhold grip
    C. Square stance
    D. Footwork
36. Pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup …..
    A. Spike
    B. Smash
    C. Shoot
    D. Drive

37. Organisasi olahraga atletik internasional baru terbentuk pada tanggal …
    A. 30 juli 1994
    B. 22 juli 1988
    C. 17 juli 1912
    D. 17 juli 1999

38. Athlon artinya …
    A. Lari , jalan, lompat
    B. Perlombaan, pergulatan, perjuangan
    C. Perlombaan, olimpiade, kejuaraan
    D. Pergulatan, perjuangan, kelenturan

39. 1) Tarikan ini lebih lama dan menyebabkan gerakan berlawanan antara bahu dan pinggul
    2) Lakukan gerakan fase tumpuan dua kaki berulang – ulang

    Apakah nomer 1 dan nomer 2 termasuk fase dorongan kaki
    A. Salah semua
    B. Benar semua
    C. No 1 benar dan no 2 salah
    D. No 1 salah dan no 2 benar

40. Dalam lari cepat biasanya di dalam lintasan lari menempuh jarak …
    A. 50 m
    B. 100 m
    C. 500 m
    D. 55 m

LIVEWORKSHEETS