KEMENTERIAN AGAMA RI

PENILAIAN AKHIR TAHUN (PAT)

MADRASAH ALIYAH (MA)

KELAS	*MATA PELAJARAN*	*HARI/TANGGAL*	*WAKTU*
X	*PENJASORKES*		*90 MENIT*

A. <u>Pilihlah jawaban yang paling benar !!</u>

1. Pada permainan futsal jika terjadi bola keluar pada garis samping, maka cara memulai permainannya adalah …
   a. Melempar dari luar garis
   b. Menendang dari luar garis
   c. Melempar dengan melempar garis
   d. Menendang dengan bola berada pada garis
   e. Semua benar
2. Jumlah masing-masing pemain dalam satu team pada permainan futsal adalah …
   a. 3 orang
   b. 4 orang
   c. 5 orang
   d. 6 orang
   e. 7 orang
3. Berikut ini termasuk teknik dasar permainan futsal, ***kecuali*** …
   a. *Shooting*
   b. *Dribling*
   c. *Heading*
   d. *Passing*
   e. *Pivot*
4. Pada permainan sepak bola, permulaan permainan dinamakan dengan …
   a. *Corner kick*
   b. *Free kick*
   c. *Gol kick*
   d. *Throw in*
   e. *Kick off*
5. Sedangkan tendangan bebas pada sepak bola disebut …
   a. *Corner kick*
   b. *Free kick*
   c. *Gol kick*
   d. *Throw in*
   e. *Kick off*
6. Yang bukan tehnik dasar permainan sepak bola adalah …
   a. *Passing*
   b. *Shooting*
   c. *Dribling*
   d. *Smash*
   e. *Heading*
7. Berikut ini yang merupakan olahraga pertandingan, ***kecuali*** …
   a. Lempar lembing
   b. Badminton
   c. Tinju
   d. Tenis meja
   e. Sepak bola
8. Olahraga yang pelakunya mengeluarkan dana dalam melakukannya, karena olahraga merupakan hobby, merupakan olahraga …

LIVEWORKSHEETS

a. Profesional
b. Pertandingan
c. Perlombaan
d. Badminton
e. Amatir

9. Seorang dikatakan berlari jika …
   a. Kaki selalu di tanah
   b. Cepat
   c. Ada saat melayang
   d. Bertenaga
   e. Bersama
10. Yang merupakan "***mother of sport***" adalah olahraga …
   a. Senam
   b. Renang
   c. Atletik
   d. Permainan
   e. Pencak silat
11. Yang merupakan cabang dari olahraga atletik adalah …
   a. Kuda-kuda lompat
   b. Gelang-gelang
   c. Lempar lembing
   d. Tinju
   e. Palang tunggal
12. Dibawah ini yang termasuk nomor lari jarak pendek yaitu …..
   a. 100 m dan 200 m
   b. 400 m dan 800 m
   c. 800 m dan 1500 m
   d. 3000 m
   e. 5000 m
13. Berikut ini merupakan nomor lari jarak menengah …
   a. 100 m dan 200 m
   b. 400 m dan 800 m
   c. 800 m dan 1500 m
   d. 3000 m
   e. 5000 m
14. Yang merupakan lari marathon adalah lari dengan menempuh jarak…
   a. 5000 m
   b. 10.000 m
   c. 1000 m
   d. 42,195 km
   e. 3 km
15. Start jongkok yang digunakan oleh atlet pemula atau pelajar adalah …
   a. *Flaying start*
   b. *Shot start*
   c. *Long start*
   d. *Medium start*
   e. *Standing start*
16. Start jongkok, kaki yang lututnya berada ditanah berada diantara kaki dan lutut yang ditanah adalah …
   a. *Flaying start*
   b. *Short start*
   c. *Long start*
   d. *Medium start*
   e. *Standing start*
17. Pada nomor lari 100 m start yang digunakan adalah …..
   a. *Standing start*
   b. *Flaying start*
   c. *Medium start*
   d. Start berdiri
   e. Semua benar

LIVEWORKSHEETS

18. Berikut ini merupakan tehnik lari jarak pendek kecuali …
    a. Berlari dengan ujung kaki
    b. Condong badan ± 60^0
    c. Mampu dengan kuat agar mendapat tolakan ke depan kuat
    d. Setelah berlari ± 20 m dari garis start langkah diperlebar condong badan tetap
    e. Tangan tidak diayunkan
19. Yang merupakan tehnik masuk finish pada nomor lari 100 m adalah …
    a. Merebahkan badan seperti orang jatuh tersungkur setelah berada ± 1 m sebelum garis finish
    b. Melakukan lari kijang
    c. Melakukan jingkat
    d. Mengangkat kepala
    e. Semua salah
20. Berikut ini merupakan tehnik dasar permaiann bola basket, ***kecuali*** …
    a. *Passing*
    b. *Shooting*
    c. Servis
    d. *Dribling*
    e. *Pivot*
21. Dalam tehnik dasar bola basket, salah satu kaki digunakan sebagai poros dan kaki yang lain dapat diputar kearah mana saja, disebut …
    a. *Passing*
    b. *Shooting*
    c. Servis
    d. *Dribling*
    e. *Pivot*
22. Induk organisasi bola basket Nasional adalah.....
    a. PASI
    b. PSSI
    c. PBSI
    d. PERBASI
    e. PERCASI
23. Tinggi papan basket paling bawah dari lantai adalah …
    a. 2,75 m
    b. 2,95 m
    c. 3,00 m
    d. 3,05 m
    e. 3,15 m
24. Lebar lapangan bola basket sesuai standar adalah …
    a. 10 m - 12 m
    b. 13 m - 15 m
    c. 16 m - 17 m
    d. 10 m - 19 m
    e. 20 m
25. Jumlah pemain bola basket dalam satu team adalah …
    a. 4 orang
    b. 5 orang
    c. 6 orang
    d. 7 orang
    e. 8 orang
26. Panjang lapangan bola basket sesuai standar adalah …
    a. 16 m - 18 m
    d. 12 m - 16 m

LIVEWORKSHEETS

b. 20 m - 22 m
c. 24 m - 28 m
e. 30 m

27. Pada pertandingan bola basket dimulai dengan …
a. *Kick off*
b. Servis
c. *Jump ball*
d. *Rebound*
e. *Pivot*

28. Pada permainan bola basket, tembakan bebas (*free throw*) nilainnya adalah …
a. 1
b. 2
c. 3
d. 4
e. 5

29. Sedangkan setiap kali bola masuk dalam permainan nilainnya…
a. 1
b. 2
c. 4
d. 5
e. 6

30. Induk organisasi sepak bola dunia adalah …
a. IAAF
b. IOC
c. FINA
d. FIFA
e. FIBA

31. Induk organisasi bola *volley* Nasional adalah …
a. PERBASI
b. PSSI
c. PRSI
d. PBVSI
e. PASI

32. Induk organisasi Atletik Nasional adalah …
a. PASI
b. PSSI
c. PRSI
d. PBVSI
e. PERBASI

33. Induk organisasi Renang Nasional adalah …
a. PASI
b. PSSI
c. PRSI
d. PBVSI
e. PERBASI

34. Pemain bola *Volley* yang bertugas hanya bertahan dibelakang disebut …
a. *Tosser*
b. *Smasher*
c. *Blocker*
d. Libero
e. Semua benar

35. Serangan pertama dalam permainnan bola *volley* disebut …
a. *Smash*
b. *Passing*
c. *Block*
d. Servis
e. Pivot

36. Tinggi net putra dalam permainan bola *volley* adalah …
a. 2,24 m
d. 2,43 m

LIVEWORKSHEETS

b. 2,34 m
c. 2, 40 m
e. 2,50 m

37. Sedangkan tinggi net bola volly untuk putri adalah …

a. 2,24 m
b. 2,34 m
c. 2,40 m
d. 2,43 m
e. 2,50 m

38. Ukuran panjang dan lebar lapangan bola *volley* adalah …

a. 6 m x 18 m
b. 10 m x 18 m
c. 10 m x 20 m
d. 20 m x 10 m
e. 18 m x 9 m

39. Permainan bola *volley* dinyatakan "game set" jika skor-nya …

a. 25 : 24
b. 25 : 25
c. 25 : 26
d. 26 : 27
e. 26 : 28

40. Permainan bola *voley* dinyatakan *deuce* jika skornya …

a. 21 : 21
b. 23 : 25
c. 24 : 24
d. 25 : 27
e. 26 : 28

==========

LIVEWORKSHEETS