



PEMERINTAH KABUPATEN LOMBOK TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP N SATAP 1 PRINGGABAYA
Alamat : Jln Tanjung Menangis Ketapang Pringgabaya Kode Pos. 83654

PENILAIAN TENGAH SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : VII/1 (Gasal)
Hari, Tanggal : Jum'at, 30 September 2022
NAMA :

A. Pilihan Ganda

1. Teknik awalan dalam memulai permainan bola voli adalah ...
 - A. Smash
 - B. Service
 - C. Blocking
 - D. Passing
2. Siapakah pencipta atau penemu permainan bola voli adalah ...
 - A. William G morgan
 - B. James
 - C. James Gardon
 - D. J Garden
3. Ukuran panjang lapangan bola voli adalah
 - A. 20 meter
 - B. 19 meter
 - C. 18 meter
 - D. 17 meter
4. Teknik dasar permainan bola voli adalah , kecuali.....
 - A. Servis
 - B. Passing
 - C. Sms
 - D. Dropt shoot

5. Pada tahun berapakah bola voli ditemukan
- a. 1985
 - b. 1896
 - c. 1897
 - d. 1898
6. Berapakah ukuran area serang permainan bola voli.....
- A. 3 M
 - B. 4 M
 - C. 5 M
 - D. 6 M
7. Berapa ukuran area serang permainan bola voli kecuali.....
- A. 6M
 - B. 7 M
 - C. 8M
 - D. 9M
8. Pada zaman siapakah sepak bola pertama kali muncul
- A. Zaman Belanda
 - B. Zaman portugis
 - C. Zaman sekarang
 - D. Zaman cina kuno
9. Pada zaman romawi sepak bola dikenal dengan istilah
- A. Tanchu
 - B. Haspartun
 - C. Choule
 - D. Epishyros
10. Di negara Inggris, pada zaman dahulu sepak bola dikenal dengan istilah.....
- A. Tanchu
 - B. Haspartun
 - C. Choule
 - D. Epishyros

11. Dinegara Jepang, pada zaman dahulu sepak bola dikenal dengan istilah.....
- a. Tanchu
 - b. Haspartun
 - c. Choule
 - d. Kemari
12. Pada tahun berapakah peraturan sepak bola pertama disusun.....
- a. 1863
 - b. 1873
 - c. 1883
 - d. 1893
13. Pada abad ke berapakah bulutangkis pertama kali muncul.....
- a. 16
 - b. 17
 - c. 18
 - d. 19
14. Di Negara manakah permainan bulu tangkis pertama kali ditemukan.....
- A. Austaralia
 - B. Inggris
 - C. Potugis
 - D. India
15. Apa nama lain bulutangkis di Negara inggris
- A. Poona
 - B. Tangkis
 - C. Battel dores
 - D. Congggu
16. Apa nama lain bulutangkis di Negara india
- A. Poona
 - B. Tangkis
 - C. . Battel dores
 - D. Congggu
17. Berapa panjang lapangan bulutangkis.....
- A. 13,40 M
 - B. 13,80 M
 - C. 13, 10 M
 - D. 14,00 M

18. Berapa lebar lapangan bulu tangkis
- A. 6,10 M
 - B. 7,10 m
 - C. 8,10 M
 - D. 10 M
19. Berapa tinggi gawang permainan sepak bola
- A. 2 M
 - B. 3 M
 - C. 2,5 M
 - D. 3,5 M
20. Induk organisasi dunia sepak bola adalah . . .
- A. FIFA
 - B. FIBA
 - C. PSSI
 - D. PBVSI
21. Induk organisasi bola voli di Indonesia adalah ...
- A. PSSI
 - B. PBVSI
 - C. PERBASI
 - D. PASI
22. Induk organisasi bola basket di Indonesia adalah ...
- A. PSSI
 - B. PBVSI
 - C. PERBASI
 - D. PASI
23. Induk organisasi pencak silat indonesia adalah...
- A. IPSS
 - B. IPSI
 - C. PASI
 - D. PBVSI
24. Lama permainan sepak bola adalah . . .
- A. 2 x 40 menit
 - B. 2 x 45 menit
 - C. 2 x 50 menit
 - D. 2 x 55 menit

25. Dibawah ini yang bukan teknik gerak dasar pencak silat adalah ...
- A. Teknik kuda-kuda
 - B. Teknik tendangan
 - C. Teknik melompat
 - D. Teknik Pukulan
26. Teknik menendang bola ada beberapa bagian adalah **kecuali** . . .
- A. Kaki bagian dalam
 - B. Kaki bagian luar
 - C. Tumit kaki
 - D. Punggung kaki
27. Sikap pergelangan kaki yang benar saat menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah . .
- A. Diputar keluar dan dikunci
 - B. Diputar keluar dan dikendurkan
 - C. Diputar kedalam dan dikunci
 - D. Diputar keatas dan dikunci
28. Teknik untuk menghentikan bola dalam permainan sepak bola dengan menggunakan adalah . . .
- A. Kaki bagian luar
 - B. Tumit kaki
 - C. Ujung Kaki
 - D. Telapak Kaki
29. Permainan tradisional beregu di bawah ini yang harus kita kukan dengan cara memukul, melempar dan menangkap bola dinamakan permainan ...
- A. bola basket
 - B. bola kasti
 - C. bola tangan
 - D. bola voli
30. Ukuran panjang lapangan bola kasti yaitu ...
- A. 30 m
 - B. 60 m
 - C. 80 m
 - D. 90 m