



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KAB. WONOSOBO
PENILAIAN TENGAH SEMESTER GASAL
TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

LEMBAR SOAL

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)
Satuan Pendidikan : Madrasah Tsanawiyah
Fase/Kelas/Semester : VIII/Gasal
Hari dan Tanggal : Sabtu, 14 Oktober 2023
Waktu : 09.30-11.00 WIB

Pilihlah jawaban dibawah ini dengan tepat dan benar !

1. Yang dimaksud dengan teknik shooting dalam permainan sepak bola adalah ...
 - a. Teknik memasukkan bola ke dalam ring untuk mendapatkan poin
 - b. Teknik memasukkan bola ke gawang untuk mencetak gol
 - c. Pukulan keras ke daerah lawan
 - d. Teknik memasukkan bola ke gawang sendiri
2. Yang termasuk permainan yang menggunakan bola besar adalah ... kecuali ...
 - a. Sepak bola
 - b. Bola Voli
 - c. Tennis meja
 - d. Bola Basket
3. Yang dimaksud heading dalam permainan sepak bola adalah ...
 - a. Menendang bola
 - b. Menyundul bola
 - c. Menghentikan bola
 - d. Menembak bola
4. Salah satu teknik dasar sepak bola adalah ...
 - a. Membuang bola
 - b. Menggiring bola
 - c. Merebut bola
 - d. Memukul bola
5. Jika seorang pemain sepak bola menerima operan dan berada di daerah lawan serta hanya tinggal berhadapan dengan satu pemain lawan disebut ...
 - a. Kick off
 - b. Korner kick
 - c. Off side
 - d. Throw in
6. Suatu permainan yang bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola disebut ...
 - a. Bola Voli
 - b. Sepak bola
 - c. Sepak Takraw
 - d. Bola Basket
7. Variasi servis atas dalam permainan bola voli dapat dilakukan dengan cara ...
 - a. Bola dilempar
 - b. Melompat
 - c. Dipukul dari bawah
 - d. Bola dipegang

8. Upaya pertahanan yang dilakukan suatu tim dari serangan keras lawan dalam permainan bola voli disebut ...
- Passing
 - Blocking
 - Smash
 - Serve
9. Berikut merupakan teknik passing bawah dalam permainan bola voli kecuali ...
- Kedua tangan diletakkan di atas depan kepala
 - Kedua tangan dirapatkan di depan badan
 - Posisi tubuh menghadap ke arah datangnya bola
 - Perkenaan bola pada bagian atas pergelangan tangan bawah siku
10. Untuk melakukan kombinasi teknik dasar permainan bola voli, dapat dilakukan dengan cara ... teknik dasar
- Mengembangkan
 - Menambah
 - Menggabungkan
 - Menemukan
11. Istilah lemparan setinggi dada dalam permainan bola basket adalah ...
- Chest pass
 - Maju kedepan
 - Over headpass
 - Bounce pass
12. Pada saat melakukan Lay-up shoot dalam permainan bola basket, bola dimasukkan ke ring dengan cara ...
- Dilempar
 - Digulirkan
 - Didorong
 - Dihantar
13. Gerak maju dengan melangkah tanpa adanya hubungan terputus dengan tanah disebut....
- Lari
 - Jalan cepat
 - Sprint
 - Lompat jauh
14. Posisi jari kaki yang benar saat melakukan pendaratan telapak kaki pada jalan cepat adalah....
- Mengarah ke depan
 - Mengarah ke belakang
 - Mengarah ke samping
 - Mengarah ke atas
15. Posisi badan saat semakin cepat seorang berlari adalah....
- Tegak
 - Condong ke depan
 - Membungkuk
 - Merunduk
16. Saat melakukan gerakan ayunan lengan, siku ditekuk kurang lebih membentuk sudut....
- 45 derajat
 - 60 derajat
 - 90 derajat
 - 120 derajat
17. Gerakan kaki depan yang benar saat aba-aba "Ya" pada start jongkok adalah....
- Mendorong pada start block
 - Melangkah ke depan
 - Memutar start block
 - Melangkah ke belakang

18. Suatu gerakan melompat yang menggunakan tumpuan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya adalah....
- Lempar lembing
 - Tolak peluru
 - Lompat jauh
 - Marathon
19. Cara mendarat yang benar pada lompat jauh adalah....
- Kaki diluruskan
 - Kaki dilipat ke belakang
 - Kaki dilipat ke depan
 - Lutut ditekuk
20. Gaya lompat jauh dapat diketahui pada waktu....
- Persiapan
 - Awalan
 - Tolakan
 - Melayang di udara
21. Cara memegang peluru diletakkan pada....
- Lengan
 - Leher
 - Telapak tangan
 - Kaki
22. Berat peluru untuk senior putri adalah....
- 1 kg
 - 2 kg
 - 3 kg
 - 4 kg
23. Berikut yang termasuk olahraga atletik adalah....
- Kasti
 - Renang
 - Bulutangkis
 - Lompat jauh
24. Jarak lari jarak pendek adalah....
- 1000 m
 - 200 m
 - 1500 m
 - 5000 m
25. Nomor lempar pada atletik adalah....
- Lempar cakram
 - Lompat galah
 - Tolak peluru
 - Lompat jauh