PEMERINTAH KABUPATEN MUARA ENIM
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 2 SEMENDE DARAT TENGAH
AKREDITASI : B
Jln. Pematang Panjang, Desa Kota Padang Kec. Semende Darat Tengah Kab. Muara Enim Kode Pos 31356
email : smp_negeri2sdt@yahoo.co.id

PENILAIAN ASESMEN SUMATIF

MATA PELAJARAN	: PJOK
HARI / TANGGAL	: RABU, 10 MEI 2023
WAKTU	: 10.15 – 12.15 WIB
KELAS	: IX (SEMBILAN)
TAHUN PELAJARAN	: 2022 / 2023
NAMA SISWA	: .....

Gerak spesifik aktivitas pembelajaran permainan sepak bola terdiri dari berbagai macam gerakan, antara lain: (1) Gerak spesifik menendang bola, (2) Gerak spesifik menahan bola (*trapping*), (3) Gerak spesifik menggiring bola (*dribbling*), (4) Gerak spesifik tipu, (5) Gerak spesifik menyundul bola (*heading*), (6) Gerak spesifik merebut bola (*tackling*), (7) Gerak spesifik lemparan ke dalam (*throw-in*). Dalam permainan sepak bola pemain melakukan gerakan menendang, menghentikan dan menggiring bola dengan menggunakan kaki. Bagian kaki yang dominan digunakan antara lain ; menggunakan kaki bagian dalam, menggunakan kaki bagian luar, menggunakan punggung kaki dan menggunakan telapak kaki. Nilai sikap yang diharapkan saat melakukan permainan bola besar diatas antara lain adalah: sportivitas, kerja sama, tanggung jawab, dan disiplin.

1.Gerak spesifik Yang sering digunakan dalam permainan sepak bola adalah ...

A. Menendang bola B. Menyundul bola C. Memegang bola dengan sengaja D. menahan bola

2.Gerakan menyundul bola pada permainana sepakbola dapat dilakukan dengan ....

A. Kaki bagian dalam B. Dahi C. Kaki bagian luar D. telapak kaki

Permainan bola voli di Indonesia berkembang sangat pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia... Gerak spesifik permainan bola voli harus ditingkatkan keterampilan nya . Dr.James A Naismith penecipta permainan bola basket, George Hancock menciptakan permainan softball, dan permainan bola voli ditemukan oleh *William G Morgan* pada tahun 1895 di *Holyoke* (Amerika bagian timur). *William G Morgan* adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada *Young Men's Christain Association (MCA)*. Pada tanggal 18 April 1947 didirikan Federasi Bola Voli Internasional atau Internationnal *Volley Ball Federation (IVBF)*

3.Gerak spesifik permainan bola voli adalah ...

A. Servis B. Passing C. Smash D. Loncat

4. Perbedaan jalan dengan lari yaitu jalan ada saat melayang sedang lari tidak ada saat melayang

A . Benar / ya B. Salah / Tidak

Jodokanlah !

	A		B
5	Bertambah tingginya badan seseorang	A	Gerakan senam lantai
6	Guling belakang, meroda, guling lenting	B	Membelakangi matras
7	Posisi awal guling belakang	C	Pertumbuhan

8. Sebutkan 2 mcam jenis lari ?

9. Sejarah permainan sepak bola abad ke -2 di Negara jepang dengan sebutan ....

A. Menendang bola B. menangkap bola C. . menyundul bola D. kemari

LIVEWORKSHEETS

10. *Untuk bermain sepak bola dengan baik seorang pemain harus menguasai teknik ....*

A. Menendang *B. Menghentikan* *C. Memukul* *D. Mengontrol*

11. Jenis penyakit kelamin yang menular akibat seks bebas adalah narkoba

A. Benar B. Salah

12. Sebutkan dua macam manfaat aktifitas fisik ?

13. Apa arti : A .Obisitas B. Hipertensi

14. *Awal permainan bola basket adalah melakukan undian! ....*

A. BENAR - B. SALAH

Jodohkanlah

15	*Soeratin Cup*	A	Rounders
16	*William G. Morgan*	B	Nama piala sepak bola Indonesia
17	Jenis permaianan di pukul	C	Induk organisasi silat Indonesia
18	IPSI	D	Penemu permaiana bola voli

19. Sebutkan 2 macam cara member tongkat pada lari estapet

20. Nama lain dari pelambung pada permainan rounders adalah .....

A. Home base B. Kitcher C. Pitcher D. Inning

21. Cabang –cabang atletik adalah .....

A. Lari B. Lempar C. Lompat D. Pukul

22. Tujuan P3K adalah mengobati

A. Benar B. Salah

Jodohkanlah !

23	Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan	A	Gerakan tubuh mengeluarkan energi
24	Boorwater	B	P 3 K
25	Aktivitas fisik	C	Pencuci luka

LIVEWORKSHEETS