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

PENILAIAN TENGAH SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2024/2025

Mata pelajaran : PJOK
Kelas : IX
Hari/ Tanggal : Selasa, 17 September 2024
Waktu : 10.30-11.30

I. Pilihlah jawaban a, b, c, atau d yang dianggap paling benar dengan cara memberi jawaban pada kotak yang tersedia pada lembar soal !

1. yang merupakan olahraga bola besar adalah
   a. sepakbola
   b. kasti
   c. pingpong
   d. badminton

2. Organisasi sepakbola yang pertama kali berdiri adalah…
   a. Seluruh Asosiasi Sepak Bola Indonesia (PSSI)
   b. Federasi Internasional de Fooball Association (FIFA)
   c. Asosiasi Sepak Bola (FA)
   d. UEFA

3. Organisasi sepakbola di Indonesia disebut
   a. Seluruh Asosiasi Sepak Bola Indonesia (PSSI)
   b. Federasi Internasional de Fooball Association (FIFA)
   c. Asosiasi Sepak Bola (FA)
   d. UEFA

4. Yang merupakan teknik permainan sepak bola adalah …
   a. Jumshoot
   b. Shooting
   c. Pivot
   d. Smash

LIVEWORKSHEETS

5. Yang merupakan salah satu peraturan dalam permainan sepak bola adalah
   a. Bola tidak boleh keluar lapangan
   b. Bola tidak boleh menyentuh net
   c. Bola lebih dari 1
   d. Pemain lebih dari 11

6. Dalam permainan sepakbola kita perlu ..
   a. Individualisme
   b. Berkelahi
   c. Menciderai
   d. Kerjasama

7. Yang termasuk variasi dan kombinasi gerakan menggiring, menendang dan menghentikan adalah..
   a. Menggiring bola kedepan
   b. Satu orang berdiri di depan
   c. Lakukan pergantian posisi
   d. Dilakukan berkelompok

8. Berapa jumlah pemain sepakbola ..
   a. 10
   b. 11
   c. 12
   d. 13

9. Gerakan tendangan akrobatik dalam permain sepak bola …
   a. slum dunk
   b. pivot
   c. jumpshoot
   d. salto

10. Pada tahun berapa organisasi sepakbola pertama didirikan…..
   a. 26 Oktober 1863
   b. 26 Oktober 1871
   c. 07 Oktober 1981
   d. 05 Oktober 1945

11. Waktu yang digunakan dalam pertandingan sepakbola adalah….
   a. 2 kali 35 menit
   b. 2 kali 40 menit
   c. 2 kali 45 menit
   d. 2 kali 50 menit

LIVEWORKSHEETS

12. Menyundul bola dengan baik harus menggunakan…..
    a. Bagian atas kepala
    b. Bagian belakang kepala
    c. Leher
    d. Dahi

13. Posisi bola dan kaki yang tepat pada saat menggiring bola adalah…..

    a. Jauh dari kaki
    b. Dekat dengan badan
    c. Jauh dari badan
    d. Dekat dengan kaki

14. Pada saat menggiring bola sebaiknya menggunakan kaki bagian, kecuali……

    a. Kaki bagian dalam
    b. Kaki bagian luar
    c. Kaki bagian belakang
    d. Punggung kaki

15. Yang termasuk teknik dalam permainan bola voli adalah…

    a. Smash / Spike
    c. Jumshoot

    b. Shooting
    d. Pivot

16. Yang diperlukan dalam permainan bola voli adalah ..

    a. Individualisme

    b. Kerjasama

    c. Pengalaman

    d. Alat – alat olahraga

17. Gerak spesifik permainan bola voli yang baik selalu berdasarkan pada teori dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik seperti

    a. fisiologi

    b. fisioterapi

    c. bioteknologi

    d. biografi

LIVEWORKSHEETS

18. berapa jumlah point maksimal dalam permainan bola voli dalam satu set ..

a. 15

b. 20

c. 30

d. 24

19. Yang merupakan salah satu peraturan dalam permainan bola voli adalah

a. tangan tidak boleh menyentuh net

b. tidak boleh melompat

c. bola lewat bawah net

d. menggunakan alat bantu

20. Berapakah jumlah pemain bola voli dalam satu regunya…..

a. 2 orang
b. 3 orang
c. 5 orang
d. 6 orang

21. PBVSI adalah induk organisasi dari cabang olahraga…..

a. Senam
b. Bola voli
c. Tenis meja
d. Pencak silat

22. Tugas dari Libero dalam permainan bola voli adalah……

a. Menerima service
b. Melakukan smash
c. Menghadang serangan
d. Melakukan service

LIVEWORKSHEETS

23. Posisi yang terbaik untuk kedua lengan pada saat membendung bola voli di sebut dengan…..

a.. Kesamping selebar bahu
b. Kedepan selebar diameter bola
c. Keatas selebar diameter bola
d. Keatas dirapatkan

24. Posisi jari yang benar pada saat melakukan passing adalah…….

a. Dirapatkan
b. Direnggangkan
c. Ditekuk
d. Dikepalkan

25. Melempar sambil melompat dalam permainan bola basket sebaiknya menggunakan…..

a. Satu tangan
b. Dua tangan
c. Siku naik ke atas
d. Pergelangan tangan

26. Posisi bola dan kaki yang tepat pada saat menggiring bola adalah…..

a. Jauh dari kaki
b. Dekat dengan badan
c. Jauh dari badan
d. Dekat dengan kaki

27. Pada saat menggiring bola sebaiknya menggunakan kaki bagian, kecuali……

a. Kaki bagian dalam
b. Kaki bagian luar
c. Tumit Kaki
d. Punggung kaki

28. Tugas dari Libero dalam permainan bola voli adalah……

a. Menerima service
b. Melakukan smash
c. Menghadang serangan
d. Melakukan service

29. Jumlah langkah yang baik dalam menembak bola kedalam ring adalah…..

a. Dua langkah
b. Tiga langkah
c. Empat langkah
d. Lima Langkah

LIVEWORKSHEETS

30. Bentuk gerakan pada saat mantulkan bola basket adalah……

a. Mendorong bola kebelakang bawah
b. Memukul bola kedepan bawah
c. Memutar bola kedepan bawah
d. Mendorong bola kedepan bawah

31. Poin dalam satu babak permainan bulu tangkis adalah……

a. 21
b. 22
c. 23
d. 24

32. Akhir dari gerakan lengan setelah badminton game backhand adalah

a. Lurus ke samping
b. Lurus ke atas
c. Lurus ke depan
d. Lurus ke belakang

33. Dalam permainan bulu tangkis servis backhand diatas posisi kaki ….

a. Sejajar
b. Depan belakang
c. Menyilang
d. Jinjit

34. Perhatikan pernyataan berikut

1. Servis atas
2. Servis forehand pendek
3. Servis forehand Panjang
4. Servis backhand pendek
5. Servis backhand Panjang
6. Servis bawah
7. Jump servis

Termasuk dalam variasi gerak spesifik servis bulu tangkis ditunjukkan nomor ….
a. 1; 2; 3; 4
b. 2; 3; 4; 5
c. 3; 4; 5; 6
d. 4; 5; 6; 7

35. Arah jatuhnya bola/shuttlecock saat melakukan servis pendek adalah ….

a. Dekat garis akhir lapangan lawan
b. Samping kanan lapangan lawan
c. Samping kiri lapangan lawan
d. Dekat garis daerah servis lawan

LIVEWORKSHEETS

36. Arah jatuhnya bola/shuttlecock saat melakukan servis panjang adalah ….
    a. Dekat garis akhir lapangan lawan
    b. Samping kanan lapangan lawan
    c. Samping kiri lapangan lawan
    d. Dekat garis daerah servis lawan

37. Perhatikan narasi berikut

    Setelah melakukan servis forehand jauh kebelakang Anwar Kembali ke posisi siap ditengah lapangan. lawan Anwar melakukan pukulan smash yang tidak terlalu keras dan bola jatuh di bagian kanan lapangan permainan Anwar, Shutlecock hampir menyentuh lantai Anwar melangkah satu langkah ke samping kanan dan melakukan pengembalian bola ke arah lapangan lawan ….

    Berdasarkan narasi diatas pukulan yang dilakukan Anwar adalah ….
    a. Pukulan forehand bawah
    b. Pukulan forehand atas
    c. Pukulan backhand bawah
    d. Pukulan backhand bawah

38. Dalam permainan bulu tangkis pukulan backhand dari atas dengan arah bola jauh kebelakang seperti dalam gambar posisi letak kepala raket ….

    a. Sejajar dengan grift
    b. Diatas grift
    c. Dibawah grift
    d. Disamping grift

39. Perhatikan pernyataan berikut

    1. Pukulan atas
    2. Pukulan backhand atas
    3. Pukulan backhand bawah
    4. Pukulan backhand samping
    5. Servis forehand pendek
    6. Servis forehand Panjang
    7. Pukulan bawah
    8. Jump servis

    Termasuk dalam variasi gerak spesifik pukulan forehand bulutangkis ditunjukkan nomor ….
    a. 1; 2; 3
    b. 2; 3; 4
    c. 3; 4; 5
    d. 4; 5; 6

LIVEWORKSHEETS

40. Dasar yang bisa menghasilkan pukulan berkualitas dalam bulutangkis adalah apabila dilakukan dalam posisi baik disebut ..
    a. Lob
    b. Footwork
    c. Drive
    d. Drpshot

LIVEWORKSHEETS