PANITIA PENILAIAN TENGAH SEMESTER
SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU (SMAIT)
A L - F A H M I B S P A L U

Jl. Posirempe, Kelurahan Lasoani, Kecamatan Mantikulore, Kota Palu- Sulawesi Tengah
Telp 085340013712, email : smaitalfahmibs@gmail.com

BISMILLAHIRRAHMANIRRAHIM

PENILAIAN TENGAH SEMESTER GENAP 2020 / 2021

Mata pelajaran : PJOK **Hari/tanggal :**

Kelas/Program : X (Sepuluh) **Waktu :**

A. Pilihlah salah satu jawaban yang Anda anggap benar dengan cara memberikan tanda silang (X) pada lembar jawab yang telah disediakan !

1. Lama waktu permainan sepak bola adalah ...
a. 2 X 30 menit
b. 2 X 40 menit
c. 2 X 45 menit
d. 2 X 50 menit
e. 2 X 60 Menit

2. Yang tidak termasuk teknik badan dalam permainan sepak bola adalah ...
a. Cara berlari
b. Melompat
c. Cara gerak tipu badan
d. Cara mencari daerah kosong
e. Cara menendang bola yang benar

3. Teknik yang digunakan dalam permainan sepak bola untuk melakukan operan jarak dekat adalah ...
a. Kaki bagian dalam
b. Kaki bagian luar
c. Punggung kaki
d. Bagian tumit
e. Kura-kura kaki

4. Teknik yang digunakan dalam sepak bola untuk melakukan operan jarak jauh adalah ...
a. Kaki bagian dalam
b. Kaki bagian luar
c. Punggung kaki
d. Bagian tumit
e. Kura-kura kaki

5. Posisi badan saat menendang bola jarak jauh adalah ...
a. Dicondongkan ke depan
b. Dicondongkan ke belakang
c. Dimiringkan ke samping kanan
d. Dimiringkan ke samping kiri
e. Tergantung teknik yang dimiliki pemain

6. Teknik yang digunakan untuk menghentikan bola yang bergulir di atas tanah dalam permainan sepak bola adalah ...
a. Menahan dengan kaki bagian dalam
b. Menahan dengan telapak kaki
c. Menahan dengan kaki bagian luar
d. Menahan dengan paha
e. Menahan dengan perut

7. Teknik yang digunakan pemain sepak bola untuk menghentikan bola yang melambung setinggi dada adalah ...
a. Menahan dengan kaki bagian dalam
b. Menahan dengan telapak kaki
c. Menahan dengan kaki bagian luar
d. Menahan dengan paha
e. Menahan dengan dada

LIVEWORKSHEETS

8. Berikut ini teknik dasar dalam permainan sepak bola, kecuali ...
a. Mengumpan b. Mengontrol
c. Menggiring d. Menembak bola ke gawang
e. Melatih

9. Jumlah pemain dalam permainan sepak bola adalah ...
a. 5 b. 7 c. 10 d. 11 e. 12

10. Berikut ini cara untuk menghentikan bola yang menyusur tanah menggunakan anggota badan ...
a. Tumit b. Dada c. Telapak kaki kanan atau kiri d. Tungkai kaki
e. Paha

11. Pernyataan di bawah ini yang merupakan pola dasar pertahanan dalam permainan sepak bola adalah ...
a. Bebas menjaga lawan b. Menjaga serangan lawan
c. Man to man defence d. Lone defence
e. Semua pernyataan benar

12. Bila terjadi pelanggaran, pihak yang menentukan tendangan bebas dalam sepakbola adalah ...
a. Pemain b. Wasit c. Official d. Coach e. Kapten

13. Membuang bola ketika ada pemain tergeletak, adalah salah satu penerapan nilai-nilai dalam sepakbola, yaitu…
a. Kerjasama b. Pantang menyerah c. Fair Play d. Sportivitas e. Kerja keras

14. Yang tidak termasuk teknik dengan bola pola penyerangan dalam sepakbola adalah ...
a. Wall pass b. Lemparan kedalam c. Teknik off side d. Tendangan bebas
e. Tendangan penjuru

15. Semua pemain sepak bola tidak boleh memegang bola, kecuali ...
a. Kiper b. Gelandang c. Penyerang d. Back

16. Berikut ini yang bukan merupakan tujuan mengiring bola adalah ...
a. Mendekati gawang c. Menghambat permainan
b. Melewati lawan d. Mencetak gol

17. Induk organisasi sepak bola nasional indonesia adalah ...
a. PSSI c. PBSI b. PSIS d. PRSI

18. Induk organisasi internasional sepak bola adalah ...
a. FIVA c. FIFA b. VIVA d. AFTA

30. Ukuran panjang lapangan sepak bola yang benar adalah ……..
a. 80-90 m b. 90-100 m c. 100-105 m d. 100-110 m

19. Lapangan sepak bola adalah berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang dan lebar . . .
A. Panjang : 100 - 110 meter dan lebar : 64 - 75 meter
B. Panjang : 90 - 120 meter dan lebar : 45 - 90 meter
C. Panjang : 60 - 100 meter dan lebar : 40 - 50 meter
D. Panjang : 100 - 120 meter dan lebar : 75 - 80 meter
E. Panjang : 110 - 120 meter dan lebar : 75 - 90 meter

LIVEWORKSHEETS

20. PSSI adalah induk organisasi sepak bola Indonesia yang berdiri pada tahun . . .
A. 1920 B. 1925 C. 1930 D. 1935 E. 1940

21. Induk organisasi bola voli nasional adalah ...
A. IPSI B. PERBASI C. PBVSI D. PSSI E. PBSI

22. Ukuran lapangan bola voli adalah ...
A. 9 x 12 m B. 12 x 18 m C. 12 x 6 m D. 9 x 18 m E. 7 x 14 m

23. Berikut ini yang bukan kategori smash berdasarkan tingginya umpan adalah ...
A. Open smash B. Push smash C. Semi quick smash D. Quick smash
E. Strong smash

24. Pemain dalam sebuah tim bola voli yang bertindak sebagai pemain bertahan dan posisinya di daerah belakang, dan tidak berhak melakukan pukulan serangan servis ,block, maupun usaha memblock disebut ...
A. Goal keeper B. Libero C. Tosser D. Smasher E. Back

25. Servis dalam bola voli diartikan sebagai ...
A. Memblock serangan lawan B. Pukulan permulaan
C. Penyajian bola pertama D. Syarat dalam permainan
E. Tanda dimulainya suatu permainan

26. Yang tidak termasuk dalam tahapan melakukan smash adalah ...
A. Langkah awalan B. Langkah untuk meloncat
C. Memukul bola D. Berlari menghampiri net
E. Memukul bola

27. Berhasil atau tidaknya suatu penyerangan dalam permainan bola voli sebagian besar bergantung pada ...
A. Pemberian bola pada pemain penyerang yang bersangkutan
B. Pendaratan dari posisi serang
C. Postur tubuh penyerang
D. Posisi penyerang bola
E. Lebar langkah penyerang

28. Pemain yang bertugas mengolah bola untuk para penyerang dalam bola voli disebut ...
A. Spiker B. Libero C. Tosser D. Server E. Blocker

29. Pada dasarnya tinggi net untuk bola voli putri adalah ...
A. 2.22 m B. 2.24 m C. 2.34 m D. 2.42 m E. 2.44 m

30. Permainan bola voli diciptakan oleh ...
A. Dr. James A. Naismith B. Dr. Gulick
C. Dr. Luther D. Per Hendrick Link
E. William G. Morgan

31. Sistem hitungan yang digunakan dalam permainan bola voli yaitu ...
A. 15 really point B. 30 really point
C. 25 really point D. 22 really point
E. 20 really point

LIVEWORKSHEETS

32. Teknik dasar bola voli, meliputi ...
A. Menendang, menggiring, dan menyundul bola
B. Memukul, menggiring, dan menyundul bola
C. Menggiring, menangkap, dan menembak
D. Passing, servis, dan smash
E. Passing, lay-up, dan menangkap

33. Kegagalan servis dalam pertandingan bola voli sangat merugikan, karena ...
A. Pelanggaran untuk regu lawan
B. Servis diulang
C. Point untuk regu yang melakukan servis
D. Permainan dilanjutkan
E. Point untuk regu lawan

34. Teknik permainan bola voli yang bertujuan untuk mengambil bola hasil servis lawan dinamakan ...
A. Blocking B. Spike C. Smash D. Passing E. Controlling

35. Kejuaraan bola voli pertama kali diselenggarakan pada tahun 1947 yang bertempat di negara ...
A. Amerika serikat B. Polandia C. Inggris D. Swedia E. Kuba

36. Pemain yang bertugas mengontrol pertahanan dalam bola voli disebut ...
A. Spiker B. Libero C. Tosser D. Server E. Cover

37. Ukuran tinggi net pada bola voli untuk putra dan putri adalah ...
A. Putra: 2,43 m dan putri: 2,24 m
B. Putra: 2,34 m dan putri: 2,14 m
C. Putra: 2,42 m dan putri: 2,25 m
D. Putra: 2,42 m dan putri: 2,14 m
E. Putra: 2,34 m dan putri: 2,24 m

38. Lebar standar garis serang pada bola voli adalah ...
A. 1 meter B. 1,5 meter C. 2 meter D. 2,5 meter E. 3 meter

39. Teknik dasar yang wajib pertama kali dipelajari oleh pemula dalam permainan bola voli adalah ...
A. Servis B. Smash C. Passing D. Blocking E. Tosser

40. Jumlah pemain bola voli dalam satu regu adalah ... orang
A. 5 B. 6 C. 7 D. 8 E. 9

LIVEWORKSHEETS