NAMA SISWA
KELAS

1. Mana yang termasuk salah satu analisis keterampilan gerak servis bawah ...
   a. **Berdiri duluar garis belakang menghadap ke net**
   b. Berdiri di garis serang berdampingan dengan pemain
   c. Berdiri di luar garis samping menghadap ke net
   d. Berdiri garis pertahanan berhadap ke arah net
   e. Berdampingan dengan pemain tengah berhadap net
2. Dalam permainan bola voli yang dimainkan berapa regu dalam 1 lapangan ...
   a. Enam regu saling berhadapan
   b. Lima regu saling berhadapan
   c. Empat regu saling berhadapan
   d. Sebelas regu saling berhadapan
   e. Dua regu saling berhadapan
3. Permainan yang dimainkan oleh 2 regu dengan satu regu berisi 6 pemain merupakan ....
   a. Bola voli
   b. Sepak bola
   c. Bola basket
   d. Soft ball
   e. Renang
4. Keterampilan gerak pukulan permulaan dalam suatau permainan bola voli disebut ...
   a. Servis
   b. Blocking
   c. Passing
   d. Lob
   e. Umpan
5. Jika servis bola voli mengenai net dan masuk di dalam lapangan lawan maka servis tersebut dinyatakan ...
   a. Gagal

LIVEWORKSHEETS

b. Di ulang

c. Pindah servis

d. Sah

e. Berhentinya waktu

6. Keterampilan gerak sikap kedua lutut yang benar pada tahap persiapan membendung bola voli adalah

a. Melebar

b. Menyilang

c. Lurus

d. Direndahkan

e. Condong

7. Memukul bola dengan sekeras-kerasnya dari atas jaring dalam permainan bola voli yaitu ..

a. Smash
b. Block
c. Servis
d. Jumping
e. Passing atas

8. Induk organisasi bola voli di indonesia adalah ...

a. PBSI

b. PSSI

c. PBVSI

d. PERBASI

e. PSKJ

9. Kartu merupakan tanda bawah seorang pemain telah melakukan pelanggaran. Tanda bawah seorang pemain dikeluarkan dari pertandingan yaitu jika seorang pemain memperoleh kartu yang berwarna ...

a. Hijau

b. Kuning

c. Biru

d. Merah

e. Putih

10. Berapa panjang dan lebar ukuran lapangan sepak bola secara internasional adalah ...

a. Panjang 100-110 m dan lebar 64-75 m

b. Panjang 100-120 m dan lebar 64-75

LIVEWORKSHEETS

c. Panjang 100-110 m dan lebar 75-80 m

d. Panjang 90-110 m dan lebar 65-75 m

e. Panjang 120-130 m dan lebar 54-75 m

11. Teknik menembak untuk mendapatkan tendangan yang keras dan tajam dilakukan dengan menggunakan ...

a. Bagian Kaki dalam

b. Bagian punggung kaki

c. Betis

d. Lutut

e. Kaki bagian luar

12. Pemain belakang dalam permainan sepak bola disebut juga dengan istilah ....

a. Back

b. Libero

c. Striker

d. Kipper

e. Wasit

13. Posisi perkenaan bola yang benar dalam teknik menyundul bola (heading) adalah...

a. kepala bagian depan (kening)

b. kepala bagian tengah

c. kepala bagian samping

d. kepala bagian belakang

e. kepala bagian atas

14. ika pemain berada dilapangan lawan dalam posisi dibelakang lawan di antara bola dengan gawang lawan dan pada saat itu bola tertuju kearahnya disebut ...

a. Penalti
c. freekick
b. Tendangan sudut
d. Offside

15. Dalam permainan sepak bola, seorang yang melakukan pelanggaran berat akan ....

a. diberi peringatan

b. disadarkan

c. diberi kartu kuning

d. diberi kartu merah dan diusir dari lapangan sepak bola

e. diberi kartu merah dan tetap melihat pertandingan

LIVEWORKSHEETS

16. Berikut ini yang bukan merupakan tujuan mengiring bola adalah ...

a. Mendekati gawang
c. Menghambat permainan
b. Melewati lawan
d. Mencetak gol

17. Keterampilan gerak memberikan bola kepada rekan pemain yang tidak terkawal agar tetap menguasai bola dalam sepak bola disebut ...

a. Shotting
b. Passing
c. Trapping
d. Heading
e. Lob

18. Permainan yang dimainkan oleh 2 regu dengan satu regu berisi 11 pemain merupakan ....

a. Sepak bola
b. Bola voli
c. Bola basket
d. Soft ball
e. Tenis meja

19. Barisan depan pada permainan sepak bola dipersiapkan terutama untuk...

a. Pertahanan
b. Penyerangan
c. Back
d. Pengumpan
e. Kipper

20. Bila terjadi pelanggaran, pihak yang menentukan tendangan bebas dalam sepakbola adalah ...

a. Pemain
b. **Wasit**
c. Official
d. Coach
e. Kapten

21. Teknik dasar permainan sepak bola adalah dengan...

a. digiring lalu dipukul
b. direbut dan diambil

LIVEWORKSHEETS

c. digiring dan ditendang

d. diumpan lalu digelindingkan

e. diambil lalu ditembak

22. Yang tidak termasuk teknik dasar sepak bola adalah...

a. menendang bola

b. melompat

c. tendangan ke dalam

d. chest pass

e. menyundul bola

23. Postur yang benar saat menahan bola dengan telapak kaki adalah ...

a. condong ke samping kiri

b. condong ke depan

c. condong ke samping kanan

d. condong ke belakang

e. condong dan membungkuk ke depan

24. Tendangan ke arah gawang untuk mengahsilkan gol dari luar kotak pinalti, sebaiknya dilakukan dengan kaki bagian ...

a. Dalam

b. Belakang

c. bawah depan

d. bawah belakang

e. punggung

25. Kiper dalam melakukan tugasnya menjaga gawang dari kemasukan gol dapat menggunakan ...

a. seluruh tubuh

b. kaki

c. paha

d. dada

e. kepala

26. Tujuan utama permainan bola basket adalah ...

a. Menggunakan teknik dan strategi

b. Menjaga daerah pertahanan

c. Memasukan bola ke ring lawan

d. Menentukan formasi tertentu

LIVEWORKSHEETS

27. Dalam bola basket, teknik menembak sambil melayang dinamakan ...
    a. Shooting
    b. Jump shot
    c. Dribbling
    d. Over Head Pass
    e. Lay Up Shoot
28. Berjalan atau berlari sambail memantul mantulkan bola ke lantai dengan satu tangan dinamakan ...
    a. Slam dunk
    b. Rebound
    c. Pivo
    d. Dribbling
    e. Sliding
29. Gerakan melompat dengan satu kaki kemudian satu tangannya memasukkan bole kedalam ring, maka teknik tersebut dinamakan.....
    a. Shooting
    b. lay up
    c. pivot
    d. dribbling
    e. passing
30. Dalam pertandingan bola basket dapat dimainkan selama 2 x 20 menit atau bisa juga dimainkan selama ...
    a. 4 x 8 menit
    b. 4 x 14 menit
    c. 4 x 10 menit
    d. 4 x 15 menit
    e. 4 x 12 menit
31. Orang yang menciptakan permainan bola basket adalah...
    a. M. Luther
    b. **James Nasmith**
    c. Hasley. T
    d. W. Morgan
    e. Carmelo Anthony

LIVEWORKSHEETS

32. Point yang diperoleh pada saat seorang pemain basket berhasil memasukkan bola ke dalam ring yang diawali dengan gerakan melangkahkan kaki dua kali lalu melompat sambil melempar bola ke dalam ring adalah ...

    a. 2 point

    b. 1 point

    c. 4 point

    d. 3 point

    e. 6 point

33. Mengumpan bola basket menggunakan satu tangan kepada teman dinamakan dengan teknik.....

    a. chest pass

    b. bounce pass

    c. overhead pass

    d. under pass

    e. baseball pass

34. Induk organisasi basket internasinal ialah...

    a. FIBA

    b. PERBASI

    c. PPSI

    d. FIFA

    e. PBBSI

35. Waktu istirahat dalam permainan bola basket adalah...

    a. 15 Menit

    b. 20 Menit

    c. 30 Menit

    d. **10 Menit**

    e. 25 Menit

36. Berapa panjang dan lebar lapangan bola basket sesuat aturan fiba yaitu...

    a. **28 M x 15 M**

    b. 26 M x 17 M

    c. 14 M x 21 M

    d. 14 M x 25 M

    e. 15 M x 25 M

LIVEWORKSHEETS

37. Chest pass adalah teknik mengoper bola dari...
    a. Belakang
    b. **Depan dada**
    c. Atas kepala
    d. Bawah
    e. Bawah Kaki
38. Berputar ke segala arah dengan bertumpu pada salah satu kaki (kaki poros) pada saat permain menguasai bola di sebut...
    a. Shooting
    b. Dribbling
    c. Lay-up
    d. **Pivot**
    e. Penjagaan
39. Permainan yang dimainkan oleh 2 regu dengan satu regu berisi 5 pemain merupakan ....
    a. Sepak bola
    b. Tenis meja
    c. Soft ball
    d. Kastian
    e. Bola basket
40. Dalam bola basket, jump ball dilakukan yaitu ketika ...
    a. Adanya pelanggaran
    b. Memulai pertandingan
    c. Terjadi bola pegang
    d. Ada pemain yang terluka atau cedera
    e. Bola keluar dari lapangan

LIVEWORKSHEETS