



PEMERINTAH KABUPATEN LOMBOK TIMUR  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

## SMP N SATAP 1 PRINGGABAYA

Alamat : Jln Tanjung Menangis Ketapang Pringgabaya Kode Pos. 83654

### PENILAIAN TENGAH SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2022/2023

Mata Pelajaran : PJOK  
Kelas/Semester : VII/1 (Gasal)  
Hari, Tanggal : Jum'at, 30 September 2022

NAMA : .....

#### A. Pilihan Ganda

1. Teknik awalan dalam memulai permainan bola voli adalah . . .
  - A. Smash
  - B. Service
  - C. Blocking
  - D. Passing
2. Siapakah pencipta atau penemu permainan bola voli adalah . . .
  - A. William G morgan
  - B. James
  - C. James Gardon
  - D. J Garden
3. Ukuran panjang lapangan bola voli adalah .....
  - A. 20 meter
  - B. 19 meter
  - C. 18 meter
  - D. 17 meter
4. Teknik dasar permainan bola voli adalah , kecuali.....
  - A. Servis
  - B. Passing
  - C. Smsh
  - D. Drot shoot

5. Pada tahun berapakah bola voli ditemukan .....

  - a. 1985
  - b. 1896
  - c. 1897
  - d. 1898

6. Berapakah ukuran area serang permainan bola voli.....
  - A. 3 M
  - B. 4 M
  - C. 5 M
  - D. 6 M
7. Berapa ukuran area serang permainan bola voli kecuali.....
  - A. 6M
  - B. 7 M
  - C. 8M
  - D. 9M
8. Pada zaman siapakah sepak bola pertama kali muncul ....
  - A. Zaman Belanda
  - B. Zama portugis
  - C. Zaman sekarang
  - D. Zaman cina kuno
9. Pada zaman romawi sepak bola dikenal dengan istilah .....,
  - A. Tanchu
  - B. Haspartun
  - C. Choule
  - D. Epishyros
10. Dinegara inggris, pada zaman dahulu sepak bola dikenal dengan istilah.....
  - A. Tanchu
  - B. Haspartun
  - C. Choule
  - D. Epishyros

11. Dinegara Jepang, pada zaman dahulu sepak bola dikenal dengan istilah.....
- Tanchu
  - Haspartun
  - Choule
  - Kemari
12. Pada tahun berapakah peraturan sepak bola pertama disusun.....
- 1863
  - 1873
  - 1883
  - 1893
13. Pada abad ke berapakah bulutangkis pertama kali muncul.....
- 16
  - 17
  - 18
  - 19
14. Di Negara manakah permainan bulu tangkis pertama kali ditemukan.....
- Australasia
  - Inggris
  - Potugis
  - India
15. Apa nama lain bulutangkis di Negara inggris .....
- Poona
  - Tangkis
  - Battel dores
  - Congggu
16. Apa nama lain bulutangkis di Negara india .....
- Poona
  - Tangkis
  - . Battel dores
  - Congggu
17. Berapa panjang lapangan bulutangkis.....
- 13,40 M
  - 13,80 M
  - 13, 10 M
  - 14,00 M

18. Berapa lebar lapangan bulu tangkis .....

- A. 6,10 M
- B. 7,10 m
- C. 8,10 M
- D. 10 M

19. Berapa tinggi gawang permainan sepak bola .....

- A. 2 M
- B. 3 M
- C. 2,5 M
- D. 3,5 M

20. Induk organisasi dunia sepak bola adalah . . .

- A. FIFA
- B. FIBA
- C. PSSI
- D. PBVSI

21. Induk organisasi bola voli di Indonesia adalah ...

- A. PSSI
- B. PBVSI
- C. PERBASI
- D. PASI

22. Induk organisasi bola basket di Indonesia adalah ...

- A. PSSI
- B. PBVSI
- C. PERBASI
- D. PASI

23. Induk organisasi pencak silat indonesia adalah...

- A. IPSS
- B. IPSI
- C. PASI
- D. PBVSI

24. Lama permainan sepak bola adalah . . .

- A. 2 x 40 menit
- B. 2 x 45 menit
- C. 2 x 50 menit
- D. 2 x 55 menit

25. Dibawah ini yang bukan teknik gerak dasar pencak silat adalah ...
- A. Teknik kuda-kuda
  - B. Teknik tendangan
  - C. Teknik melompat
  - D. Teknik Pukulan
26. Teknik menendang bola ada beberapa bagian adalah **kecuali** . . .
- A. Kaki bagian dalam
  - B. Kaki bagian luar
  - C. Tumit kaki
  - D. Punggung kaki
27. Sikap pergelangan kaki yang benar saat menendang bola dengan kaki bagian dalam adalah . . .
- A. Diputar keluar dan dikunci
  - B. Diputar keluar dan dikendurkan
  - C. Diputar kedalam dan dikunci
  - D. Diputar keatas dan dikunci
28. Teknik untuk menghentikan bola dalam permainan sepak bola dengan menggunakan adalah . . .
- A. Kaki bagian luar
  - B. Tumit kaki
  - C. Ujung Kaki
  - D. Telapak Kaki
29. Permainan tradisional beregu di bawah ini yang harus kita kukan dengan cara memukul, melempar dan menangkap bola dinamakan permainan . . .
- A. bola basket
  - B. bola kasti
  - C. bola tangan
  - D. bola voli
30. Ukuran panjang lapangan bola kasti yaitu . . .
- A. 30 m
  - B. 60 m
  - C. 80 m
  - D. 90 m