



**YAYASAN KARYA BAKTI CABANG YOGYAKARTA
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
KARITAS NGAGLIK
TERAKREDITASI**

Alamat: Nandan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. Telp. (0274) 624813

**PENILAIAN AKHIR SEMESTER
TAHUN AJARAN 2022/2023**

**Mata Pelajaran : PJOK
Kelas : VII
Hari/Tanggal : Jumat, 2 Desember 2022
Waktu : 07.30 – 08.30**

Pilihlah huruf A, B, C, atau D sebagai jawaban yang paling benar lalu ketik jawaban pada kolom yang tersedia !

1. Suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian kian – kemari untuk diperebutkan para pemain – pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola disebut

 - A. Sepakbola
 - B. Basket
 - C. Voli
 - D. Kasti

2. Sepakbola merupakan permainan dua regu yang masing – masing regu terdiri dari ..

 - A. 13
 - B. 12
 - C. 11
 - D. 10

3. Permainan Sepakbola dimainkan dalam dua babak

 - A. 2x40 menit
 - B. 2x45 menit
 - C. 2x30 menit
 - D. 2x35 menit

4. Di Italia pada zaman Romawi sepakbola dikenal sebagai

 - A. Haspartun
 - B. Tanchu
 - C. Choule
 - D. Epishyros

5. FIFA berdiri pada tanggal ...

 - A. 19 April 1930
 - B. 26 Oktober 1863
 - C. 8 Desember 1863
 - D. 21 Mei 1904

6. Berapa panjang lapangan sepakbola

 - A. 101 – 111 m
 - B. 100 – 110 m
 - C. 101 – 110 m
 - D. 100 – 111 m

7. Berapa berat bola untuk sepakbola

 - A. 400 – 450 gram
 - B. 410 – 500 gram
 - C. 410 – 450 gram
 - D. 400 – 410 gram

8. 1. Tiap tim menempatkan 3 pemain penyerang pada daerah lapangan lawan dan 2 pemain bertahan pada daerah lapangan sendiri apakah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola
2. Jumlah pemain 11 orang (untuk dua tim)

Apakah sudah sesuai dengan modifikasi permainan sepakbola nomer 1 dan 2 ...

- A. Benar semua
 - B. Salah semua
 - C. 1 Salah dan 2 Benar
 - D. 1 Benar dan 2 Salah
9. Yang merupakan salah satu atlit timnas sepakbola Indonesia adalah ...
- A. Cristian Gonzales
 - B. Taufik Hidayat
 - C. Aji Maulana Vikri
 - D. Kelly P
10. Klub pendiri PSSI adalah ...
- A. PSIM, PSS, PERSIBA
 - B. PSIM, PERSIS, PPSM
 - C. PERSIS, PPSM, PSIS
 - D. PERSIS, PSIM, PSIS
11. Suatu cabang olahraga melambungkan bola melewati atas jaring atau net disebut
- A. Sepakbola
 - B. Bulutangkis
 - C. Voli
 - D. Basket
12. Permainan bola voli meluas ke negara Uruguay pada tahun ...
- A. 1905
 - B. 1909
 - C. 1913
 - D. 1912
13. Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia disebut
- A. PSSI
 - B. PBVSI
 - C. PBSI
 - D. PERBASI
14. Permainan bola voli di Indonesia terbentuk pada tanggal ...
- A. 22 Januari 1945
 - B. 21 Januari 1945
 - C. 20 Januari 1945
 - D. 19 Januari 1945
15. Keliling bola voli adalah ...
- A. 60 – 65 cm
 - B. 65 – 67 cm
 - C. 67 – 70 cm
 - D. 70 – 75 cm
16. Bola voli terbuat dari bahan ..
- A. Kulit
 - B. Karet
 - C. Rotan
 - D. Getah

17.
 1. Bentuklah regu tiap regu 3 – 4 orang
 2. Kemudian regu lawan berusaha mengembalikannya dengan menggunakan passing atas

Apakah termasuk modifikasi dalam olahraga Voli ...

 - A. 1 Salah dan 2 Benar
 - B. 1 Benar dan 2 Salah
 - C. Salah semua
 - D. Benar semua
18. Yang termasuk gerak spesifik dalam permainan bola voli adalah ...
 - A. Spike, Lob, Jumpshoot
 - B. Spike, Servis, Shoot
 - C. Spike, Servis, Bendungan
 - D. Spike, Passing Atas, Shoot
19. Dalam bermain kamu diharapkan dapat menunjukkan nilai – nilai sikap seperti ...
 - A. Sportivitas, Kerjasama, Tanggung jawab
 - B. Sportivitas, Kejujuran, Ketangkasan
 - C. Kerjasama, Pengalaman, Kejujuran
 - D. Kerjasama, Point banyak, Juara
20. Berdiri tegak, kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang termasuk bentuk pembelajaran...
 - A. Passing atas
 - B. Passing bawah
 - C. Smash
 - D. Servis
21. Permainan ini bertujuan mencari nilai/angka sebanyak – banyaknya dengan cara memasukkan bola kedalam ring disebut ..
 - A. Voli
 - B. Sepakbola
 - C. Sepak takraw
 - D. Basket
22. Permainan bola basket yang kita kenal sekarang ini diciptakan oleh ..
 - A. Dr. Luther Halsey Gulick
 - B. Dr. Elmer Beny
 - C. Dr. James A Naismith
 - D. Dr. Lebron James
23. Federasi Bola Basket Internasional disebut ...
 - A. FIBA
 - B. PSSI
 - C. FIFA
 - D. PBVSI
24. Yang termasuk gerak spesifik permainan bola basket adalah ...
 - A. Smash
 - B. Lay up
 - C. Spike
 - D. Lob
25. Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia disebut ...
 - A. PERBASI
 - B. FIBA
 - C. PSSI
 - D. PBSVI

26. Pada tahun berapa PERBASI diterima menjadi anggota FIBA ...
- A. 1955
 - B. 1951
 - C. 1953
 - D. 1936
27. Permainan bola basket masing – masing regu terdiri dari ..
- A. 10 orang
 - B. 11 orang
 - C. 6 orang
 - D. 5 orang
28. Permainan bola basket merupakan permainan yang gerakannya sangat kompleks karena gabungan dari
- A. Jalan, lari, lompat
 - B. Lompat, lari, membungkuk
 - C. Jalan, lari, kelenturan
 - D. Lompat, lari, shoot
29. Di Indonesia dibentuk organisasi induk tingkat nasional yaitu
- A. PBSI
 - B. IBF
 - C. PBSVI
 - D. PSSI
30. Persatuan bulu tangkis seluruh Indonesia dibentuk pada tanggal ...
- A. 5 Juli 1934
 - B. 5 Mei 1951
 - C. 5 Februari 2019
 - D. 5 April 1950
31. Alat pemukul yang sangat ringan ringan dan kuat dengan berat ...
- A. 155 gram
 - B. 150 gram
 - C. 152 gram
 - D. 154 gram
32. Raket pemukul pada bulutangkis terbuat dari
- A. Fiberglass
 - B. Karet
 - C. Plastik
 - D. Besi
33. Yang termasuk gerak spesifik / gerak dasar dalam permainan bulutangkis adalah ...
- A. Spike
 - B. Shoot
 - C. Lay up
 - D. Drive
34. Tenis meja masuk ke Indonesia pada tahun ...
- A. 1926
 - B. 1940
 - C. 1930
 - D. 1961

35. Badan menghadap penuh ke meja biasanya posisi ini digunakan untuk siap menerima servis disebut ...
- A. Side stance
 - B. Penhold grip
 - C. Square stance
 - D. Footwork
36. Pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup
- A. Spike
 - B. Smash
 - C. Shoot
 - D. Drive
37. Organisasi olahraga atletik internasional baru terbentuk pada tanggal ...
- A. 30 juli 1994
 - B. 22 juli 1988
 - C. 17 juli 1912
 - D. 17 juli 1999
38. Athlon artinya ...
- A. Lari , jalan, lompat
 - B. Perlombaan, pergulatan, perjuangan
 - C. Perlombaan, olimpiade, kejuaraan
 - D. Pergulatan, perjuangan, kelenturan
39. 1) Tarikan ini lebih lama dan menyebabkan gerakan berlawanan antara bahu dan pinggul
2) Lakukan gerakan fase tumpuan dua kaki berulang – ulang
- Apakah nomer 1 dan nomer 2 termasuk fase dorongan kaki....
- A. Salah semua
 - B. Benar semua
 - C. No 1 benar dan no 2 salah
 - D. No 1 salah dan no 2 benar
40. Dalam lari cepat biasanya di dalam lintasan lari menempuh jarak ...
- A. 50 m
 - B. 100 m
 - C. 500 m
 - D. 55 m