YAYASAN KARYA BAKTI CABANG YOGYAKARTA
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
K A R I T A S N G A G L I K
TERAKREDITASI
Alamat: Nandan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta. Telp. (0274) 624813

PENILAIAN AKHIR SEMESTER
TAHUN AJARAN 2022/2023

Mata Pelajaran	**: PJOK**
Kelas	**: VIII**
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. Olahraga sepak bola dimulai sejak abad ke ….
   A. 7 dan 6
   B. 6 dan 5
   C. 5 dan 4
   D. 2 dan 3

2. Teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah ….
   A. Shooting
   B. Spike
   C. Dribbling
   D. Lay up

3. Pindahkan berat badan ke depan mengikuti arah, kaki digunakan mengumpan diletakkan di depan, pandangan ke depan merupakan …
   A. Posisi awal
   B. Akhir gerakan
   C. Gerakan
   D. Teknik dasar

4. 1). Berdiri menghadap arah gerakan bola, letakan kaki tumpu disamping bola
   2). Kedua lengan disamping badan agak terentang

   Apakah tahap pembelajaran no 1 dan no 2 merupakan posisi awal
   A. Benar semua
   B. Salah semua
   C. No 1 benar dan no 2 salah
   D. No 1 salah dan no 2 benar

5. Julurkan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah datangnya bola termasuk gerakan spesifik ……
   A. Menggiring bola
   B. Menahan bola
   C. Menendang bola
   D. Menyundul bola

6. Bola bergulir di atas tanah, di depan badan, tumpuan berat badan berada pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola, pandangan ke depan ke arah bola, berat badan agak condong kedepan termasuk akhir gerakan dalam gerak spesifik ….
   A. Menahan bola dengan kaki bagian dalam
   B. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
   C. Menggiring bola dengan kaki bagian luar
   D. Menahan bola dengan kaki bagian luar

LIVEWORKSHEETS

7. Melakukan gerak spesifik dengan berbagai cara, seperti …
   A. Menahan bola menggunakan telapak kaki
   B. Mengumpan dan menendang menggunakan kaki bagian dalam
   C. Menggiring bola dengan kaki bagian luar
   D. Mengumpan dan menendang bola di tempat, sambil bergerak maju mundur

8. Akhir dari pembelajaran variasi teknik dasar sepakbola adalah
   A. Meningkatkan pengetahuan
   B. Tanggung jawab
   C. Disiplin
   D. Meningkatkan kelenturan

9. Klub sepakbola Indonesia yang merupakan pendiri PSSI adalah …
   A. PSS, PSIM, PERSIBA
   B. PSIM, PPSM, PERSIS
   C. PERSIS,PSIM, PSS
   D. PERSIJA, PERSIB, AREMA

10. Yang merupakan salah satu pemain timnas Indonesia adalah …
    A. Safee Sali
    B. Ridwan B
    C. Evan Dimas
    D. David Maulana Vikri

11. Permainan Bola Voli ditemukan oleh …
    A. William G Morgan
    B. Dr James Naismith
    C. George Hancock
    D. Valentino Rossi

12. Permainan bola voli ditemukan pada tahun …
    A. 1890
    B. 1895
    C. 1974
    D. 1984

13. Federasi Bola Voli Internasional adalah …
    A. PSSI
    B. PBSI
    C. IVBF
    D. PBVSI

14. Federasi Bola Voli Internasional didirikan pada tahun …
    A. 1933
    B. 1995
    C. 1974
    D. 1984

15. Tumit terangkat dari lantai, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola merupakan akhir gerakan, dalam gerak spesifik….
    A. Mengumpan (passing) Bawah / Mengumpan Bawah Bola Voli
    B. Mengumpan (passing) Atas / Mengumpan atas Bola
    C. Servis atas / memukul Bola Voli
    D. Passing atas dan passing bawah

LIVEWORKSHEETS

16. Olahraga bola beregu, yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing – masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola kedalam keranjang lawan disebut……
    A. Sepakbola
    B. Basket
    C. Voli
    D. Sepak takraw

17. Permainan Bola Basket ditemukan oleh …
    A. Dr James Naismith
    B. William G Morgan
    C. George Hancock
    D. Valentino Rossi

18. Bola basket ditemukan pada tahun ….
    A. 1890
    B. 1895
    C. 1891
    D. 1894

19. Dorong bola ke depan atas dengan menggunakan satu lengan lurus merupakan Gerakan spesifik ……
    A. Menembak dengan dua tangan sambil melompat
    B. Melempar bola basket melalui atas kepala
    C. Lay up shoot
    D. Menembak dengan satu tangan

20. Ayunkan bola ke depan dengan meluruskan kedua lengan bersamaan kaki belakang dilangkahkan ke depan dan berat badan dibawa ke depan merupakan Gerakan spesifik ….
    A. Menembak dengan dua tangan sambil melompat
    B. Melempar bola basket melalui atas kepala
    C. Lay up shoot
    D. Menembak bola dengan satu tangan

21. Berdiri menghadap arah gerakan posisi kaki melangkah / dibuka selebar bahu merupakan persiapan dari gerak spesifik ….
    A. Menembak dengan dua tangan sambil melompat
    B. Melempar bola basket melalui atas kepala
    C. Lay up shoot
    D. Menembak bolan dengan satu tangan

22. Dilakukan dalam formasi berbanjar, pada tahap ini yang telah melakukan gerakan berpindah tempat merupakan tahap pembelajaran ….
    A. Menembak dengan dua tangan sambil melompat
    B. Melempar bola basket melalui atas kepala
    C. Lay up shoot
    D. Menembak bolan dengan satu tangan

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

LIVEWORKSHEETS

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

LIVEWORKSHEETS

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

LIVEWORKSHEETS