



**ASESMEN SUMATIF TENGAH SEMESTER
SMP NEGERI 2 JATISARI
TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

Nama :

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas : VII

Guru Mata Pelajaran : M.Darojat Subagja, S.Pd

1. Dalam permainan sepakbola, berapa banyak pemain yang berada di lapangan untuk setiap tim?
 - a. 7
 - b. 9
 - c. 11
 - d. 12
2. Apa nama posisi di sepakbola yang bertugas untuk melindungi gawang dari serangan lawan?
 - a. Bek
 - b. Kiper
 - c. Gelandang
 - d. Penyerang
3. Dalam permainan bulutangkis, berapa poin yang dibutuhkan untuk memenangkan satu set?
 - a. 15
 - b. 21
 - c. 25
 - d. 30
4. Teknik apa yang digunakan untuk mengembalikan shuttlecock dari posisi rendah ke atas dalam bulutangkis?
 - a. Smash
 - b. Drop shot
 - c. Serve bawah
 - d. Serve atas
5. Apa gaya renang yang dilakukan dengan tubuh menghadap ke atas dan gerakan kaki dilakukan dengan menendang?
 - a. Gaya bebas
 - b. Gaya dada
 - c. Gaya kupu-kupu
 - d. Gaya punggung
6. Dalam sepakbola, apa yang terjadi jika bola keluar dari lapangan melalui garis samping?
 - a. Tendangan bebas
 - b. Tendangan sudut
 - c. Lemparan ke dalam
 - d. Tendangan gawang
7. Dalam bulutangkis, apa istilah untuk pukulan keras yang diarahkan langsung ke lawan?
 - a. Drop shot
 - b. Smash
 - c. Clear
 - d. Net shot
8. Apa nama teknik renang yang melibatkan gerakan lengan secara bersamaan dan posisi tubuh menghadap ke bawah?
 - a. Gaya punggung
 - b. Gaya dada
 - c. Gaya kupu-kupu
 - d. Gaya bebas
9. Berapa waktu normal pertandingan sepakbola tanpa perpanjangan waktu?
 - a. 60 menit
 - b. 70 menit
 - c. 80 menit
 - d. 90 menit
10. Apa nama peralatan yang digunakan untuk memukul shuttlecock dalam bulutangkis?
 - a. Raket
 - b. Bola
 - c. Kacamata
 - d. Sarung tangan
11. Dalam sepakbola, apa yang diberikan jika pemain melakukan pelanggaran di dalam area gawang lawan?
 - a. Tendangan bebas
 - b. Tendangan sudut
 - c. Tendangan penalti
 - d. Lemparan ke dalam
12. Apa istilah untuk gerakan menahan bola dengan kaki dalam permainan sepakbola?
 - a. Dribble
 - b. Passing
 - c. Tackle
 - d. Kontrol

13. Dalam permainan bulutangkis, lapangan untuk pertandingan ganda memiliki lebar berapa?
- 5,18 meter
 - 6,10 meter
 - 7,00 meter
 - 8,00 meter
14. Apa nama teknik servis yang dilakukan dengan memukul shuttlecock dari atas kepala dalam bulutangkis?
- Serve bawah
 - Serve atas
 - Smash
 - Drop shot
15. Apa yang dimaksud dengan offside dalam permainan sepakbola?
- Pemain berada di belakang garis tengah
 - Pemain menerima bola dari belakang lawan
 - Pemain berada di posisi depan gawang lawan saat menerima bola
 - Pemain terlalu dekat dengan wasit
16. Dalam renang, teknik mana yang dikenal dengan nama gaya kupu-kupu?
- Gaya dada
 - Gaya bebas
 - Gaya punggung
 - Gaya kupu-kupu
17. Apa yang harus dilakukan jika bola sepak keluar dari garis gawang?
- Tendangan sudut
 - Tendangan gawang
 - Lemparan ke dalam
 - Tendangan penalti
18. Apa nama teknik yang dilakukan untuk mengarahkan shuttlecock ke sudut lapangan lawan dalam bulutangkis?
- Smash
 - Clear
 - Drop shot
 - Serve bawah
19. Dalam sepakbola, berapa banyak waktu tambahan yang biasanya diberikan pada babak kedua?
- 1-2 menit
 - 3-5 menit
 - 6-10 menit
 - 10-15 menit
20. Apa tujuan utama dari teknik gerakan lengan dan kaki dalam renang gaya bebas?
- Mengurangi kecepatan
 - Menjaga posisi tubuh tetap
 - Meningkatkan daya tahan
 - Mempercepat kecepatan