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

LIVEWORKSHEETS

13. Dalam permainan bulutangkis, lapangan untuk pertandingan ganda memiliki lebar berapa?
    a. 5,18 meter
    b. 6,10 meter
    c. 7,00 meter
    d. 8,00 meter

14. Apa nama teknik servis yang dilakukan dengan memukul shuttlecock dari atas kepala dalam bulutangkis?
    a. Serve bawah
    b. Serve atas
    c. Smash
    d. Drop shot

15. Apa yang dimaksud dengan offside dalam permainan sepakbola?
    a. Pemain berada di belakang garis tengah
    b. Pemain menerima bola dari belakang lawan
    c. Pemain berada di posisi depan gawang lawan saat menerima bola
    d. Pemain terlalu dekat dengan wasit

16. Dalam renang, teknik mana yang dikenal dengan nama gaya kupu-kupu?

    a. Gaya dada
    b. Gaya bebas
    c. Gaya punggung
    d. Gaya kupu-kupu

17. Apa yang harus dilakukan jika bola sepak keluar dari garis gawang?
    a. Tendangan sudut
    b. Tendangan gawang
    c. Lemparan ke dalam
    d. Tendangan penalti

18. Apa nama teknik yang dilakukan untuk mengarahkan shuttlecock ke sudut lapangan lawan dalam bulutangkis?
    a. Smash
    b. Clear
    c. Drop shot
    d. Serve bawah

19. Dalam sepakbola, berapa banyak waktu tambahan yang biasanya diberikan pada babak kedua?
    a. 1-2 menit
    b. 3-5 menit
    c. 6-10 menit
    d. 10-15 menit

20. Apa tujuan utama dari teknik gerakan lengan dan kaki dalam renang gaya bebas?
    a. Mengurangi kecepatan
    b. Menjaga posisi tubuh tetap
    c. Meningkatkan daya tahan
    d. Mempercepat kecepatan

LIVEWORKSHEETS