

LATIHAN SOAL PTS PENJASORKES
SEMESTER 2 KELAS 7 SMP K13

A. Berilah tanda silang (x) didepan huruf a,b atau c didepan jawaban yang benar !

1. Olahraga permainan bola basket diciptakan pada tahun 1981 oleh ...
 - a. William G Morgan
 - b. Gulix
 - c. **James A.Naismith**
 - d. John Lock

2. Induk organisasi bola basket nasional adalah ...
 - a. FIFA
 - b. FIBA
 - c. **PERBASI**
 - d. FBIA

3. Panjang ukuran lapangan bola basket yang sudah dibekukan adalah ...
 - a. 12m
 - b. **24m**
 - c. 26m
 - d. 13m

4. Tembakan bola basket sambil melompat dengan posisi dekat dengan keranjang disebut ...
 - a. chest pass
 - b. lay up
 - c. **jump shoot**
 - d. jumping

5. Gerakan membawa bola sambil berputar ke segala arah dengan poros satu kaki disebut ...
 - a. **pivot**
 - b. dribble
 - c. jump shot
 - d. passing

6. Gerakan lay up diawali dengan langkah sebanyak ...
 - a. 4 langkah
 - b. 3 langkah

- c. 2 langkah
- d. 1 langkah

7. Jumlah pemain bola basket adalah ...

- a. 4 orang
- b. 6 orang
- c. 11 orang
- d. 5 orang

8. Berikut tehnik dasar bola basket, kecuali ...

- a. menendang
- b. dribling
- c. passing
- d. shooting

9. Tehnik untuk melempar bola jarak dekat dalam permainan bola basket adalah ...

- a. bound pass
- b. javelin pass
- c. over head pass
- d. chest pass

10. Peralatan yang dibutuhkan dalam bulu tangkis adalah ...

- a. raket dan bet
- b. raket dan bola
- c. bet dan kock
- d. raket dan kock

11. Pukulan yang dilakukan sedekat mungkin dengan net disebut...

- a. drop shot
- b. smash
- c. service
- d. lob

12. Induk organisasi bulutangkis nasional adalah...

- a. PSSI
- b. PRSI
- c. PBSI
- d. PASI

13. Ukuran tinggi tiang net bulu tangkis adalah ...

- a. 1,55m

- b. 1,50m
- c. 1,65m
- d. 1,60m

14. Satu set permainan bulu tangkis harus mencapai nilai ...

- a. 11
- b. 15
- c. 21
- d. 25

15. Pukulan dengan raket untuk melambungkan shuttlecock ke bidang lapangan lawan disebut ...

- a. servis
- b. lob
- c. pukulan drive
- d. dropshot

16. Berikut jenis pukulan dalam bulutangkis yang benar adalah ...

- a. lob
- b. dribble
- c. menggiring
- d. passing

17. Berikut ini yang termasuk cabang olahraga atletik adalah ...

- a. rol depan
- b. lompat jauh
- c. sepak bola
- d. bulu tangkis

18. Gaya yang digunakan oleh pelompat jauh, kecuali ...

- a. gaya jongkok
- b. gaya gantung
- c. gaya menggantung
- d. gaya berjalan di udara

19. Ketepatan tumpuan dapat dicapai dengan perencanaan jumlah langkah ...

- a. panjang
- b. pendek
- c. berubah-ubah
- d. konsisten atau tepat

20. Kaki yang digunakan untuk tumpuan pada papan tolak sebaiknya menggunakan kaki ...

- a. yang terkuat
- b. kanan
- c. kiri
- d. kedua kaki

II. Jawablah pertanyaan berikut ini dengan benar!

1. Gambarkan lapangan bola basket dengan benar !
2. Sebutkan tehnik dasar dalam permainan bola basket !
3. Sebutkan jenis-jenis pukulan dalam permainan bulu tangkis
4. Sebutkan gaya yang digunakan dalam lompat jauh !
5. Sebutkan olahraga yang termasuk cabang atletik, minimal 3!