PEMERINTAH KABUPATEN
UPT PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

SMA N WWW.KHERYSURYAWAN.ID

Alamat Website: https://www.kherysuryawan.id

KISI KISI PENILAIAN AKHIR TAHUN (PAT)

TAHUN PELAJARAN 20../20..

Satuan Pendidikan : SMA N …….
Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/Semester : XI/Genap

Alokasi Waktu : 120 Menit
Kurikulum : 2013
Jumlah Soal : 50

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Indikator Soal	Level Kognitif			Bentuk Soal	
			L1	L2	L3		
3.8 Menganalisis bahaya, cara penularan, dan cara mencegah HIV dan AIDS	HIV dan AIDS	Menganalisis bahaya HIV dan AIDS			C4	1	PG
		Menganalisa virus yang sejenis / hampir mirip virus HIV			C4	2	PG
		Mebgidentifikasi media penularan HIV dan AIDS		C3		3	PG
		Mengidentifikasi bahaya yang diserang HIV dan AIDS pada tubuh manusia		C3		4	PG
		Mengidentifikasi pengguna narkoba yang rawan tertular HIV dan AIDS		C3		5	PG
		Kelompok beresiko tinggi terjangkit HIV dan AIDS		C3		6	PG
		Faktor penyebab Indonesia rawan penularan HIV dan AIDS		C3		7	PG
		Memahami upaya pencegahan penularan HIV dan AIDS		C3		8	PG
		Mengidentifikasi cara penularan HIV dan AIDS		C3		9	PG
		Menganalisis berbagai dampak sosial ODHA			C4	10	PG
		Mengidentifikasi berbagai cairan tubuh manusia penyebab penularan HIV dan AIDS		C3		11	PG
		Menganalisis berbagai Mitos/anggapan salah tentang HIV dan AIDS			C4	12	PG
		Menganalisa prinsip-prinsip penularan HIV dan AIDS			C4	13	PG
		Menganalisa berbagai tahapan-tahapan perjalanan dari HIV menuju AIDS			C4	14	PG
		Menganalisa berbagai istilah dan gejala yang timbul dari tahapan perjalanan dari HIV menuju AIDS			C4	15	PG
		Mengidentifikasi media dan cara penularan HIV dan AIDS		C3		16	PG
3.9 Memahami konsep dan	Pergaulan Sehat	Menganalisis tahapan teknik gerakan loncat kangkang			C4	17	PG

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Indikator Soal	Level Kognitif			Bentuk Soal	
			L1	L2	L3		
prinsip pergaulan yang sehat.		Memahami unsur-unsur yang diperlukan saat melakukan loncat kangkang		C3		18	PG
		Menganalisis teknik pendaratan loncat kangkang			C4	19	PG
		Menganalisis berbagai aktifitas latihan penunjang loncat harimau		C3		20	PG
		Mengidentifikasi berbagai acam-macam gerakan dan istilah gerakan dalam senam lantai		C3		21	PG
		Mengidentifikasi tahapan-tahapan komposisi latihan senam lantai		C3		22	PG
3.6 Menganalisis keterampilan rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.	Senam Lantai	Memahami Istilah aerobik		C3		23	PG
		Penekanan penting dalam senam aerobik		C3		24	PG
		Tahapan-tahapan senam aerobik		C3		25	PG
		Istilah tahapan senam aerobik pada sesi pemanasan		C3		26	PG
		Basic step dalam senam aerobik		C3		27	PG
		Gerakan ayunan lengan dalam senam aerobik		C3		28	PG
		Manfaat gerakan senam pada gerakan inti aerobik		C3		29	PG
		Jenis gerakan ayunan lengan senam aerobik yang berfungsi melatih otot-otot dan persendian bahu		C3		30	PG
		Jumlah gerakan langkah dasar aerobik		C3		31	PG
		Jenis gerakan-gerakan senam untuk latihan high impact		C3		32	PG
		Macam-macam jumlah hitungan / ketukan irama dalam senam aerobik		C3		33	PG
		Prinsip gerakan langkah dasar irama cha-cha dalam senam aerobik		C3		34	PG
		Menganalisis aspek-aspek basic aerobic dances movement patterns/pola-pola gerak tarian aerobik dasar			C4	35	PG
		Pembagian jenis-jenis gerakan senam aerobik menurut musik pengiringnya		C3		36	PG
		Menganalisis tujuan latihan inti pada senam aerobik			C4	37	PG
		Menganalisis manfaat latihan Challenstenic pada gerakan inti aerobik			C4	38	PG
3.7 Menganalisis gerak rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) dalam	Senam Irama	Komponen-komponen latihan fisik yang berkaitan dengan kesehatan		C3		39	PG
		Bentuk-bentuk latihan untuk meningkatkan kelincahan		C3		40	PG
		Ciri-ciri seseorang yang memiliki tingkat kebugaran yang baik		C3		41	PG
		Macam-macam latihan kebugaran jasmani		C3		42	PG
		Mengidentifikasi aktifitas latihan daya tahan cardiorespiratory		C3		43	PG

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Indikator Soal	Level Kognitif			Bentuk Soal	
			L1	L2	L3		
aktivitas gerak berirama.		Suatu rancangan latihan fisik yang disusun secara sistematis dalam rangka mengembangkan dan meningkatkan kualitas fisik tubuh		C3		44	PG
		Tujuan program latihan kondisi fisik yang dilakukan dengan terencana		C3		45	PG
		Menganalisis istilah sistem latihan interval training			C4	46	PG
		Memahami jenis-jenis latihan daya tahan kebugaran jasmani		C3		47	PG
		Sistem latihan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan otot		C3		48	PG
		Menganalisis aktifitas latihan daya tahan lari fartlek			C4	49	PG
		Menganalisis program latihan interval training dan faktor-faktor yang harus diperhatikan dalam menyusun program latihan interval			C4	50	PG

NB : LEVEL KOGNITIF

- L1 (C1 dan C2) : Pemahaman/Pengetahuan (Mudah)
- L2 (C3) : Aplikasi (Sedang)
- L3 (C4 s.d C6) : Penalaran (Sukar)

BENTUK SOAL

- JLS : Jawaban Lebih dari Satu
- MJD : Menjodohkan
- PG B/S : Pilihan Ganda Benar / Salah
- PG L/B : PG Lama / Baru (Model AKM)
- PG K : PG Kompleks