

KISI-KISI PENILAIAN AKHIR SEMESTER  
TAHUN PELAJARAN 2017 /2018

Satuan Pendidikan : MTs  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan  
Kelas / Semester : VII / 1  
Alokasi Waktu : 90 menit

No	Kompetensi Dasar	Ruang Lingkup Materi	Indikator	No. Soal	Bentuk Soal	Bobot Soal	Ket
1.	Mempraktekan variasi dan kombinasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan koordinasi yang baik serta nilai kerja sama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan	Sepak Bola	- Menjelaskan tujuan permainan dalam sepak bola - Menjelaskan teknik dasar menendang menggunakan kaki bagian luar - Menjelaskan teknik dasar menahan bola dalam permainan sepak bola - Menjelaskan teknik awalan menendang bola - Menyebutkan 4 macam teknik dasar permainan sepak bola	1 2 3 4 1	PG PG PG PG Uraian	2 2 2 2 4	
		Bola Voli	- Negara asal permainan Bola Voli - menyebutkan teknik dasar servis - menyebutkan teknik dasar bola voli - menyebutkan Top organisasi Nasional bola Voli - menyebutkan salah satu teknik dasar bolabasket - menyebutkan teknik dasar dribbling bola basket	5 6 7 8 9 10	PG PG PG PG PG PG	2 2 2 2 2 2	
		Bola Basket	- Menjelaskan teknik dasar sikap awal dalam passing bola basket - Menjelaskan peraturan bola basket	11 2	PG Uraian	2 4	



			- Menjelaskan ayunan tangan dalam lari jarak pendek				
4.	Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan olahraga bela diri	Pencak Silat	- Menjelaskan teknik dasar pencak silat - Menjelaskan teknik jatuhan - Menyebutkan teknik elakan - Menyebutkan teknik sasaran pukulan	29 30 31 32	PG PG PG PG	2 2 2 2	
5.	Mempraktekan variasi dan kombinasi teknik dasar senam lantai dengan koordinasi yang baik serta nilai, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, tempat dan peralatan	Guling depan dan senam irama	- Menjelaskan sikap akhir yang benar pada guling depan - Menjelaskan sikap awal yang benar pada guling depan - Menjelaskan teknik gerakan mengguling - Menjelaskan sikap dalam senam irama	33 34 35 36	PG PG PG PG	2 2 2 2	
	Memahami konsep latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan dan keterampilan dan hasilnya	Kebugaran Jasmani	- Menjelaskan konsep kebugaran jasmani - Menyebutkan komponen dasar kebugaran jasmani	37 3	PG uraian	2 4	
6.	Mempraktekan teknik dasar renang dengan koordinasi yang baik serta nilai, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, tempat dan peralatan	Renang gaya bebas dan gaya dada	- Menyebutkan macam-macam gaya renang - Menjelaskan Gerak Kaki dan Tangan Renang Gaya dada	38 39	PG PG	2 2	

7.	Memahami tumbuh kembang remaja meliputi perubahan fisik sekunder dan mental	Kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyebutkan fase perkembangan remaja.</li> <li>- Menjelaskan ciri-ciri fisik sekunder</li> <li>- Menjelaskan 2 faktor yang mempengaruhi mental remaja</li> </ul>	40	PG	2	
				4	uraian	4	
				5	uraian	4	

Indramayu,  
Guru Mata Pelajaran Pjok kelas VII,

Akyadi, S.Pd.  
NIP.197607182005011004