

**UJIAN TENGAH SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

Nama :	Mata Pelajaran : Penjaskes
Hari/Tanggal :	Kelas : IX (Sembilan)

A. Pilihlah salah satu jawaban yang paling tepat!

1. Lari estafet disebut juga dengan lari
a. Sambung b. jarak menengah c. cepat d. santai
2. Peralatan yang digunakan dalam lari estafet adalah
a. matras b. bola c. tongkat d. sabuk
3. Star yang digunakan oleh pelari pertama dalam lari estafet adalah start
a. melayang b. jongkok c. berdiri d. panjang
4. Regu dalam permainan bola voli dinyatakan menang apabila telah mencapai poin
a. 20 poin b. 21 poin c. 25 poin d. 30 poin
5. Bentuk-bentuk variasi permainan bola voli berikut ini, kecuali
a. mengumpan b. smash c. membendung d. menendang
6. Benteng pertahanan yang utama untuk menahan lawan disebut
a. block b. smash c. service d. passing
7. Berikut ini salah satu teknik dalam gerakan smes / smash adalah
a. tolakan untuk meloncat b. melakukan service bawah
c. menyundul bola d. mengumpan ke belakang
8. Pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan dalam pertandingan bola voli disebut
a. servis bawah b. servis atas c. smash d. passing bawah
9. Block merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menahan
a. serangan lawan c. pelanggaran ringan
b. bola masuk d. bola keluar lapangan
10. Dalam permainan bola voli, setiap regu berjumlah orang.
a. lima b. enam c. sepuluh d. sebelas
11. Orang yang bertugas memimpin permainan bola besar disebut
a. pelatih b. manajer c. wasit d. smasher
12. Pukulan sebagai tanda bahwa permainan bola voli dimulai disebut dengan pukulan
a. smash b. passing c. servis d. blocking
13. Perkenaan passing yang baik adalah
a. di ujung kedua tangan c. kedua telapak tangan
b. jari rapat pada tangan d. siku tangan
14. Permainan bola voli pertama kali diciptakan oleh
a. Wiliam George Morgane c. Angga
b. Anisa d. Gaston
15. Pemain putri bulu tangkis yang berhasil merebut medali emas pertama olimpiade adalah
a. Ling-ling Wei b. Ifana Lie c. Susi Susanti d. Vera Wati
16. Satu set dalam permainan bulu tangkis harus mencapai nilai
a. 11 b. 15 c. 21 d. 25
17. Di bawah ini adalah ukuran lapangan bulu tangkis yang benar adalah
a. panjang 13,42 m dan lebar 5,18 m c. panjang 13,41 m dan lebar 5,17 m
b. panjang 13,40 m dan lebar 5,18 m d. panjang 13,47 m dan lebar 5,16 m
18. Untuk partai ganda, lapangan bulu tangkis yang digunakan berukuran
a. panjang 13,42 m dan lebar 5,18 m c. panjang 13,41 m dan lebar 5,17 m
b. panjang 13,40 m dan lebar 5,18 m d. panjang 13,47 m dan lebar 5,16 m
19. Smes (smash) adalah ayunan cepat/mendadak dalam permainan bulu tangkis, yang tidak termasuk dalam smash di bawah ini adalah
a. smash penuh b. smash melintang c. smash potong d. smash camuk
20. “Overhead lob”, yaitu pukulan
a. pukulan di atas kepala c. pukulan di samping badan
b. pukulan di bawah kepala d. pukulan di atas perut
21. Di bawah ini adalah cara-cara *service* dalam permainan bola voli, kecuali
a. service dengan ayunan tangan dari bawah c. service dengan ayunan tangan dari atas
b. service dengan ayunan tangan dari samping d. spike
22. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam *service* adalah sebagai berikut, kecuali
a. sikap badan b. saat harus memukul bola c. passing d. pukulan
23. Dalam permainan bola voli terdapat kata “*blocking*”. Kata *blocking* dalam permainan bola voli maksudnya adalah
a. menahan b. menipu c. mengecoh d. membendung

24. Di bawah ini adalah ukuran net bola voli untuk atlet putra, yang benar adalah
 a. 2,24 m b. 2,26 m c. 2,27 m d. 2,43 m
 b. Jakarta b. Amerika c. Belanda d. Jepang
25. Organisasi bola voli di sebut dengan.....
 a. PBVSI b. PBVSI c. PERBASI d. PBSSI
26. Orang yang memimpin permainan bola besar adalah
 a. wasit b. penjaga garis c. tim regu d. pelatih
27. Satu regu dalam permainan bola voli terdiri dari pemain.
 a. lima b. enam c. sepuluh d. sebelas
28. Berikut merupakan teknik dasar pada permainan bola voli, kecuali
 a. pasing bawah b. menggiring bola c. menggiring bola d. servis bawah
29. Ukuran tinggi net voli putri adalah
 a. 2,32 m b. 2,22 m c. 2,24 m d. 2,42 m
30. Ukuran tinggi net voli putra adalah
 a. 2,43 m b. 2,34 m c. 2,20 m d. 2,53 m
31. Bentuk lapangan permainan bola voli adalah
 a. persegi b. persegi empat c. persegi panjang d sama panjang
32. Alas tumpuan dalam senam lantai menggunakan
 a. tumpukan kain b. matras c. kasur d. bebas di lantai juga bisa
33. Kejuaraan sepak bola piala dunia diselenggarakan setiap
 a. 1 tahun sekali b. 3 tahun sekali c. 2 tahun sekali d. 4 tahun sekali
34. Seorang pemain memegang bola dengan sengaja, maka wasit akan memberikan hukuman.....
 a. peringatan b. kartu kuning c. kartu merah d. memanggil pemain
35. Yang tidak termasuk teknik menendang bola dibawah ini adalah.....
 a. Menendang bola dengan kaki bagian luar c. Menendang bola dengan punggung kaki
 b. Menendang bola dengan sol sepatu d. Menendang bola dengan tumit
36. Sebelum bermain sepak bola yang perlu kita lakukan adalah
 a. pemanasan b. pendinginan c. inti d. bermain
37. Alat yang diperlukan untuk senam lantai yaitu
 a. meja belajar b. matras c. tongkat d. meteran
38. Gerakan dasar dalam senam irama meliputi tiga hal, kecuali gerak
 a. badan b. tangan c. kaki d. kepala
39. Permainan bola voli diciptakan oleh.....
 a. Dr. James A Naismith b. William G. Morgan c. Dr. Gulick d. Dr. Adam
40. Bagian tubuh yang dapat digunakan dalam permainan bola voli adalah.....
 a. tangan b. kaki c. badan d. kepala
41. Permainan bulu tangkis berasal dari negara.....
 a. Indonesia b. India c. Inggris d. Cina
42. Nama induk organisasi bulu tangkis di Indonesia adalah
 a. PASI b. PBSI c. PBVSI d. PERBASI
43. Pukulan smesh yang dilakukan dengan flick smesh dinamakan
 a. Pukulan smesh penuh c. pukulan smesh melingkar
 b. Pukulan smesh potong d. pukulan smesh cambukan
44. Jumlah bulu shuttle cock adalah.....
 a. 10 helai b. 12 helai c. 14 helai d. 16 helai
45. Apabila terjadi dalam kedudukan game yang sama, maka akan dilakukan
 a. Longset b. rubber set c. Game set d. Duece
46. Nama kejuaraan perorangan bulutangkis tingkat dunia adalah
 a. Thomas Cup b. Uber Cup c. All England d. Sudirman Cup
47. Pukulan yang dilakukan secara mendasar ketinggiannya di sebut.....
 a. lob b. smash c. Dropshot d. Netting
48. Pada pertandingan bulu tangkis tunggal putra, duece dilakukan pada kedudukan angka ...
 a. 11 - 11 b. 12 - 12 c. 14 - 15 d. 14 - 14
49. Lama waktu bermain sepak bola adalah.....
 a. 2 x 35 menit b. 2 x 40 menit c. 2 x 45 menit d. 2 x 50 menit
50. Apabila seorang pemain diberi kartu kuning kedua, berarti pemain tersebut.....
 a. harus keluar lapangan permainan b. menerima kartu merah c. istirahat sejenak d. terus bermain