

**KISI-KISI PENULISAN SOAL
ASESMEN SUMATIF AKHIR SEMESTER GENAP KELAS VII
TAHUN AJARAN 2024/ 2025**

Satuan Pendidikan : SMP
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan
Kelas / Semester : VII / 2
Kurikulum Acuan : Kurikulum Merdeka
Alokasi Waktu : 90 Menit
Jumlah Soal : 40 PG dan 5 Uraian

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
1.	Pada akhir fase D, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani.	Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam menganalisis variasi dan kombinasi gerak berbentuk rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/ dengan musik sebagai pembentuk gerak pemanasan dalam aktivitas gerak berirama dengan benar.	Senam Irama Senam Irama Gerakan Langkah Kaki Senam Irama	Peserta didik mampu memahami pengertian senam irama Peserta didik mampu mengidentifikasi macam-macam gerak langkah kaki Peserta didik dapat menganalisis gerak langkah kaki Peserta didik dapat mengidentifikasi ciri-ciri senam irama	L1 L2 L3 L2	PG PG PG PG

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
				Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis manfaat senam irama.	L3	Uraian
			Senam Irama Gerakan Ayunan Tangan	Peserta didik mampu menganalisis gerakan ayunan tangan.	L3	PG
			Senam Irama	Peserta didik dapat mengidentifikasi hal-hal yang diperhatikan dalam senam lantai	L2	PG
			Senam Irama Gerakan Langkah Kaki	Peserta didik mengidentifikasi dan menganalisis gerakan langkah kaki	L3	PG
			Senam Irama	Peserta didik dapat mengidentifikasi unsur utama dalam senam irama	L2	PG
2.	Pada akhir fase D, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan	Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam menganalisis berbagai keterampilan gerak	Senam Lantai	Peserta didik mampu menjelaskan tujuan menggunakan matras	L1	PG
			Senam Lantai Guling depan	Peserta didik mampu mengidentifikasi dan	L3	PG

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
	<p>latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani.</p>	<p>keseimbangan dan berguling senam dengan benar.</p>	<p>Senam Lantai Guling belakang</p> <p>Senam Lantai Sikap Pesawat Terbang</p> <p>Senam Lantai Sikap Lilin</p>	<p>menganalisis gerakan guling depan</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis rangkaian gerakan guling depan</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis gerakan awal guling depan</p> <p>Peserta didik mampu memahami gerakan guling belakang</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis gerakan sikap pesawat terbang</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis manfaat gerakan sikap pesawat terbang</p> <p>Peserta didik mampu menganalisis anggota tubuh yang menjadi tumpuan sikap lilin</p>	<p>L3</p> <p>L3</p> <p>L1</p> <p>L3</p> <p>L3</p> <p>L3</p>	<p>PG</p> <p>Uraian</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p>

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
				Peserta didik dapat mengidentifikasi gerakan tangan sikap lilin	L2	PG
3.	Pada akhir fase D, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani.	Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam menganalisis keterampilan gerak spesifik gerakan kaki, gerakan lengan, pengambilan napas, dan koordinasi gerakan renang gaya dada serta bentuk-bentuk keselamatan penyelamatan dan keselamatan di air dengan koordinasi yang baik.	Renang Gaya Dada	<p>Peserta didik dapat menjelaskan kegiatan yang dilakukan sebelum berenang.</p> <p>Peserta didik mampu membedakan gerakan gaya dada dengan gaya yang lain</p> <p>Peserta didik mampu mengidentifikasi gerakan gaya dada seperti gerakan binatang</p> <p>Peserta didik mampu menganalisis Teknik gerakan lengan pada renang gaya dada</p> <p>Peserta didik dapat mamahami nama lain gaya dada</p>	<p>L1</p> <p>L3</p> <p>L2</p> <p>L3</p> <p>L1</p>	<p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p>

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
				<p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis posisi badan gaya dada</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis supaya berenang dengan cepat.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi fungsi gerakan lengan pada renang gaya dada</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi renang gaya dada disebut gaya katak</p>	<p>L3</p> <p>L3</p> <p>L2</p> <p>L2</p>	<p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>Uraian</p>
4.	Pada akhir fase D, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara	Peserta didik dapat menganalisis aktivitas latihan peningkatan derajat kebugaran jasmani yang terkait dengan kesehatan (daya tahan, kekuatan, komposisi tubuh, dan kelenturan) dan pengukuran	Kebugaran Jasmani	<p>Peserta didik dapat menjelaskan kebugaran jasmani.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan analisis manfaat faktor luar yang kebugaran jasmani.</p>	<p>L1</p> <p>L3</p> <p>L3</p>	<p>PG</p> <p>PG</p> <p>Uraian</p>

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
	mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani.	hasilnya, serta mempromosikannya melalui media yang sesuai.	Kekuatan Otot lengan dan dada	<p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis pentingnya kebugaran jasmani dalam kehidupan.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan analisis gerakan <i>push up</i>.</p>	L3	PG
			Kebugaran Jasmani	<p>Peserta didik dapat mengidentifikasi tujuan gerakan <i>push up</i>.</p> <p>Peserta didik dapat memahami pengertian kekuatan</p>	L1	PG
			Kekuatan Otot perut	<p>Peserta didik dapat mengidentifikasi latihan untuk melatih otot perut</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis gerakan</p>	L2	PG
					L3	PG

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
				<p><i>sit up</i> agar lebih efektif.</p> <p>Peserta didik dapat menganalisis gerakan awal <i>sit up</i>.</p>	L3	PG
5.	Pada akhir fase D, peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani.	Menganalisis konsep, prinsip, prosedur, dan mempraktikkan pola perilaku hidup sehat	<p>Pola Makan Sehat, bergizi dan seimbang.</p> <p>Makanan Bergizi</p> <p>Makanan Seimbang</p>	<p>Peserta didik dapat menjelaskan tentang pola makan sehat.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis tentang pola makan sehat.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi faktor yang diperhatikan dalam makanan bergizi.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis zat gizi yang terkandung dalam makanan.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis tentang zat gizi yang sesuai</p>	<p>L1</p> <p>L3</p> <p>L2</p> <p>L3</p> <p>L3</p>	<p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p>

No.	Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran	Materi Pokok	Indikator Soal	Level	Bentuk Soal
1	2	3	4	5	6	7
			<p>Pedoman Gizi Seimbang</p> <p>Makanan Bergizi</p>	<p>dengan kebutuhan tubuh.</p> <p>Peserta didik dapat menjelaskan tentang peran utama Vitamin A.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasikan menganalisis tentang istilah”isi piringku”</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi makanan yang mengandung protein hewani.</p> <p>Peserta didik dapat mengidentifikasi dan menganalisis tentang zat gizi bagi tubuh dan jenis makanan.</p>	<p>L1</p> <p>L3</p> <p>L2</p> <p>L3</p>	<p>PG</p> <p>PG</p> <p>PG</p> <p>Uraian</p>