

PENILAIAN TENGAH SEMESTER GENAP

TAHUN PELAJARAN : 20.. / 20..

Mata Pelajaran : PJOK Hari/Tanggal :
Kelas : VII (Tujuh) Waktu : 07.30 – 09.30 WIB

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

1. Orang yang menciptakan permainan bola basket adalah ...
 - 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. drible
 - 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 teknik dasar bola basket, kecuali ...
 - a. menendang
 - b. dribbling
 - c. passing
 - d. shooting
9. Teknik 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 net bulu tangkis adalah ...
 - a. 1,55 m
 - b. 1,50 m

- c. 1,65 m
 - d. 1,60 m
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. pasing
17. 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 gunting
 - 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

B. Jawablah pertanyaan berikut ini dengan benar!

1. Gambarkan lapangan bola basket dengan benar !
2. Sebutkan teknik 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!