KISI – KISI PENULISAN SOAL UJIAN PRAKTIK

Jenis Sekolah : SMA Negeri 56 Jakarta Alokasi Waktu : Situasional

Mata Pelajaran: PJOK Penulis : Drs. Muslimin Ramadhan

Kurikulum : 2013

| **NO**  **Urut** | **SKL** | **INDIKATOR**  **SKL** | **INDIKATOR SOAL** | **Materi Pokok** | **KELAS/ SMT** | **Bentuk Tes** | **No Soal** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1.** | Mempraktekkan keterampilan permainan dan olahraga dengan menggunakan peraturan | * mempraktikkan teknik dribbling dalam permainan bola basket. * mempraktikkan teknik passing dalam permainan bola basket. * mempraktikkan teknik Shoting ke ring dalam permainan bola basket. * mempraktikkan teknik passing bawah dalam permainan bola voli. * mempraktikkan teknik servis bawah dalam permainan bola voli. * Mempraktikkan teknik menendang dalam permainan sepak bola.      * Mempraktikkan teknik menggiring dalam permainan sepak bola. * mempraktikkan keterampilan nomor lari pada cabang olahraga atletik * mempraktikkan keterampilan nomor lompat pada cabang olahraga Atletik. | * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik dribbling dalam permainan bolabasket dengan baik dan benar * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik passing dalam permainan bola basket dengan baik dan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik Shoting ke ring dalam permainan bola basket dengan baik dan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik passing bawah dalam permainan bola voli dengan baik dan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik servis bawah dalam permainan bola voli dengan baik dan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik menendang dalam permainan sepak bola dengan benar. * Siswa dapat mempraktikkan teknik menggiring dalam permainan sepak bola dengan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik lari jarak pendek dalam cabang olahraga Atletik dengan benar. * Peserta didik dapat mempraktikkan teknik lompat jauh dalam cabang olahraga Atletik dengan benar. | Permainan bola basket  Permainan bola voli  Permainan sepak bola  Nomor lari  Nomor Lompat | XI/1  XI/1  X/2  XI/2 | Praktik  Praktik  Praktik  Praktik | 1  2  3  4  5  6  7  8  9 |
| **2.** | Mempraktekkan rangkaian senam lantai dan irama serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya | * Mempraktikkan rangkaian senam lantai | * Peserta didik dapat membuat rangkaian senam lantai dengan baik dan benar | Senam lantai | XII/1 | Praktik | 10 |
| **3.** | Mempraktekkan pengembangan mekanik sikap tubuh, kebugaran jasmani serta aktivitas lainnya | * Melakukan bentuk latihan fast interval training untuk meningkatkan daya tahan kerja jantung. | * Peserta didik dapat melakukan bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan kerja jantung dengan fast interval training secara perorangan dengan benar. | Bentuk latihan untuk meningkatkan daya tahan kerja jantung | XII/2 | Praktik | 11 |
| **4.** | Mempraktekkan gerak ritmik yang meliputi senam pagi, senam aerobik, dan aktivitas lainnya | * melakukan rangkaian senam aerobik secara berkelompok yang terdiri dari gerakan pemanasan, inti dan pendinginan | * secara berkelompok peserta didik dapat membuat rangkaian senam aerobic yang terdiri dari gerakan pemanasan, inti dan pendinginan dengan baik dan benar. | Rangkaian senam aerobik | XII/2 | Praktik | 12 |