**KISI-KISI SOAL UJIAN SEKOLAH TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

Satuan Pendidikan : SMA Alokasi waktu : 90 Menit

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Jumlah Soal : 50

Kurikulum Acuan : 2013 Penulis : Tim MGMP Penjasorkes

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal PaketA/B** |
| 1 | 3.1 Menganalisisvariasi dan kombinasiketerampilan gerak salah satupermainan bola besar untukmenghasilkan koordinasi gerak yang baik.4.1 Mempraktikkan variasi danKombinasi keterampilanDalam memainkan salah satuPermainan bola besar denganKoordinasi gerak yang baik.3.1.Menganalisis, merancang, dan mengevaluasi taktik dan strategi permainan (pola menyerang dan bertahan) salah satupermainan bola besar.4.1.Memperagakan dan mengevaluasitaktik dan strategi permainan (menyerang danbertahan) salah satu permainan bola besar dengan peraturanterstandar. | Teknik mengoper bola dalam permainan sepak bolaTeknik menyundul bola dalam permainan sepak bolaPeraturan pertandingan dalam permainan sepak bolaPeraturan perwasitan dalam permainan sepak bolaTeknik servise dalam permainan bola voli Teknik gerakan spike/smash dalam permainan bola voliPeraturan dalam permainan bola voli  | XXIXIIXIIXXIXII | Menganalisa gambar teknik mengoper bola pada permainan sepak bolaMenelaah teknik menyudul bola dalam permainan sepak bolaMenganalisa peraturan pertandingan dalam permainan sepak bolaMenganalisa peraturan perwasitan dalam permainan sepak bolaMenganalisa gambar teknik gerakan servise dalam permainan bola voliMenganalisa gambar teknik gerakan spike/smash dalam permainan bola voli Menelaah peraturan dalam permainan bola voli  | C4C4C4C4C4C4C4 | PGPGPGPGPGPGPG | 1/442/453/464/475/236/247/25 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** |  | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.1.Menganalisis, merancang, dan mengevaluasi taktik dan strategi permainan (pola menyerang danbertahan) salah satu permainan bola besar.4.1.Memperagakan dan mengevaluasitaktik dan strategi permainan (menyerang danbertahan) salah satu permainan bola besar dengan peraturanterstandar.3.4Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (shadow fighting) olahraga beladiri4.4Mempraktikkan strategi dalam pertarungan fighting) olahraga beladiri dengan lancar dan koordinasi gerak yang baik.. | Pola penyerangan dalam permainan bola voli Teknik passing dalam permainan bola basketTeknik menembak bola dalam permainan bola basketPola pertahanan dalam permainan bola basketPola penyerangan permainan bola basket Teknik pukulan dalam permainan bulutangkisTeknik serangan dalam olahraga beladiri pencak silatTeknik pembelaan dalam olahraga beladiri pencak silat Tahapan-tahapan teknik gerakan lari jarak pendekTeknik gerakan lari jarak menengah  | XIIXXIXIIXIIXXIIXIIXXI | Menganalisa gambar pola penyerangan dalam permainan bola voliMenganalisa gambar teknik gerakan passing dalam permainan bola basketMenganalisa teknik gerakan menembak bola dalam permainan bola basketMenelaah pola pertahanan dalam permainan bola basketMenelaah pola penyerangan dalam permainan bola basket Menganalisa teknik gerakan pukulan dalam permainan bulutangkisMengemukakan teknik gerakan serangan dalam olahraga beladiri pencak silatMenggambarkan teknik gerakan pembelaan dalam olahraga beladiri pencak silat Menganalisa gambar tahapan-tahapan teknik gerakan lari jarak pendekMengemukakan teknik gerakan lari jarak menengah  | C4C4C4C4C4C4C3C3C4C3 | PGPGPGPGPGPGPGPGPGPG | 8/269/110/211/312/413/514/615/716/817/9 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.3 Menganalisisdanmengkategorikanketerampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat,lari, lompat, danlempar) serta menyusun rencana perbaikan4.3 MempraktikkanPerbaikan keterampilan salahsatu nomor atletik (jalan cepat, lari,lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategoris si. | Macam-macam gaya dalam lompat jauhTeknik saat di udara pada cabang lompat jauhTeknik pemberian dan penerimaan tongkat estafetPeraturan perlombaan tolak peluru | XIIXIIXIXII | Menganalisa gambar macam-macam gaya dalam lompat jauhMenentukan hal-hal yang penting dan utama dalam teknik gerakan saat di udara pada cabang lompat jauh Menganalisa gambar teknik gerakan pemberian dan penerimaan tongkat estafetMenafsirkan peraturan perlombaan tolak peluru | C4C3C4C5 | PGPGPGPG | 18/3519/3620/3321/34 |
| 2 | 3.5 Menganalisis konsepPengukuran komponenKebugaran jasmani terkaitkesehatan dan keterampilanmenggunakan instrumenterstandar.4.5 Mempraktikkan pengukuran derajatkomponen kebugaranjasmani terkait kesehatan danketerampilan menggunakan instrumen terstandar.3.5 Menganalisiskonseplatihan,pengukuran, danhasilpengembangan komponenkebugaranjasmani.4.5 Mempraktikkan latihan,pengukuran,dan analisishasil latihanpengembangan komponenkebugaranjasmani. | Fungsi tes kebgaran jasmani bagi pelajar SMATujuan dari bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani Tujuan bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani | XIXIIXII | Menentukan fungsi tes kebugaran jasmani bagi pelajar SMAMenganalisa gambar tujuan dari bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani Menganalisa gambar tujuan bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani  | C3C4C4 | PGPGPG | 22/4323/4124/42 |
| 3 | 3.6 Menganalisis danMengkategorikan keterampilan geraksenam ketangkasanMenggunakan meja lompat sertamenyusun rencana perbaikan..4.6 Mempraktikkan ketrampilan dua senam ketangkasanmenggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dankategorisasi. | Gerakan senam lantai terhadap aktivitas tubuh Rangkaian pada salah satu jenis gerakan senam lantaiJenis-jenis olahraga senam | XXIXII | Mengaitkan gerakan senam lantai terhadap aktivitas tubuh Menganalisa gambar rangkaian pada salah satu jenis gerakan senam lantaiMenentukan jenis-jenis olahraga senam | C3C4C3 | PGPGPG | 25/4826/4927/50 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.7Menganalisis dan mengkategorikan keterampilanrangkaian gerak(koreo) aktivitasgerak ritmik.4.7Mempraktikkan perbaikanKeterampilan rangkaian gerak(koreo) aktivitas gerak ritmik sesuai hasil analisis dankategorisasi. | Pengaruh latihan aerobik terhadap tubuhUpaya yang dilakukan untuk menghasilkan senam ritmik yang baikJenis-jenis gerakan senam aerobikMacam-macam gerakan dalam senam irama | XXIXIIXII | Menentukan pengaruh latihan aerobik terhadap tubuhMerinci upaya yang dilakukan untuk menghasilkan senam ritmik yang baik Menghubungkan jenis-jenis gerakan senam aerobikMengkategorikan macam-macam gerakan dalam senam irama | C3C4C6C6 | PGPGPGPG | 28/3729/3830/3931/40 |
| 4 | 3.8 Menganalisis  keterampilantiga gaya renang yang berbeda,danmengidentifikasi teknik danperalatan yangdigunakanuntuk tindakanpenyelamatan di air.4.8Mempraktikkan  keterampilantiga gaya renang yang berbedadengankoordinasi yang baik, dan teknik penyelamatankecelakaan diair denganmenggunakanperalatan yangada (tali,pelampung,galah, skoci dan lainsebagainya). | Teknik gerakan lengan pada renang gaya bebasJenis-jenis gaya dalam cabang olahraga renangCara pengambilan napas pada renang gaya dadaHal-hal yang dihindarkan pada saat melakukan penyelamatan korban di air Penyebab terjadinya bahaya di air | XXIXIIXIIXII | Menentukan fase-fase teknik gerakan lengan pada renang gaya bebas Menganalisa gambar jenis-jenis gaya dalam cabang olahraga renangMenganalisa cara pengambilan napas pada renang gaya dadaMenentukan hal-hal yang dihindarkan pada saat melakukan penyelamatan korban di airMenganalisa cara melakukan pertolongan korban kecelakaan di air tanpa alat | C3C4C4C3C4 | PGPGPGPGPG | 32/1633/1734/1835/1936/20 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
| 5 | Mempraktekkan kegiatan-kegiatan di luar kelas seperti melakukan perkemahan, penjelajahan alam sekitar dan piknik | Bahaya yang sering terjadi saat penjelajahan di alam terbukaMetode untuk menentukan posisi pada saat pendakian gunung | XIXI | Merinci bahaya yang sering terjadi pada saat penjelajahan di alam terbukaMengemukakan metode untuk menentukan posisi pada saat pendakian gunung | C4C3 | PGPG | 37/2138/22 |
| 6 | 3.9 Memahami upayapencegahan dan penanggulanganbahaya NARKOBA danpsikotropika terhadapdiri sendiri, keluarga,lingkungan, bangsa dan Negara4.9 Menyajikan informasiBerkai tan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA danpsikotropika.terhadapdiri sendiri, keluarga,lingkungan, bangsa dan negara3.10 Memahami dampakseks bebas terhadapdiri sendiri, keluarga dan masyarakat luas.4.10 Menyajikan informasitentang dampak seks bebas terhadap diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas | Gejala-gejala mental atau rohaniah yang ditimbulkan akibat mengkonsumsi narkoba Undang-undang yang mengatur tentang narkotikaPenyakit yang ditimbulkan akibat seks bebasUsaha-usaha yang dilakukan untuk menghindari pergaulan seks bebasGejala-gejala yang ditimbulkan akibat penyakit AIDSTindakan pencegahan untuk menghindari penularan penyakit HIV/AIDS | XXXXXIXI | Merinci gejala-gejala mental atau rohaniah yang ditimbulkan akibat mengkonsumsi narkobaMenentukan undang-undang yang mengatur tentang narkotikaMengkategorikan jenis penyakit yang ditimbulkan akibat seks bebasMengemukakan usaha-usaha yang dilakukan untuk menghindari pergaulan seks bebasMengkategorikan gejala-gejala yang ditimbulkan akibat penyakit AIDSMengemukakan tindakan pencegahan untuk menghindari penularan penyakit HIV/AIDS | C4C3C6C3C6C3 | PGPGPGPGPGPG | 39/2740/2841/2942/3043/3144/32 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.12 Menganalisisperencanaan programkesehatan pribadi4.12 MerancangprogramPerencanaan kesehatan pribadiuntuk 1 semester | Penyebab terjadinya pencemaran tanahAkibat yang ditimbulkan dari pencemaran airPola hidup sehatPemanfaatan waktu luang terhadap kesehatanKebutuhan kalori setiap orangKebutuhan gizi bagi tubuh | XIIXIIXIXIXIIXII | Merinci penyebab-penyebab terjadinya pencemaran tanahMengemukakan akibat yang ditimbulkan dari pencemaran airMengaitkan pola hidup sehat seseorangMengaitkan pemanfaatan waktu luang terhadap kesehatanMengklasifikasikan kebutuhan kalori setiap orangMengurutkan gizi yang dibutuhkan bagi kesehatan tubuh  | C4C3C3C3C3C3 | PGPGPGPGPGPG | 45/1046/1147/1248/1349/1450/15 |

 Mengetahuai Jakarta, 26 Januari 2016

 Kepala SMA Negeri Jakarta Guru,

 Drs. Mukhlis Drs. Sakroni, M.Pd NIP.196603091998021001 NIP.196205031986011002