**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 Menganalisis  variasi dan kombinasi  keterampilan gerak salah satu  permainan bola besar untuk  menghasilkan koordinasi gerak yang baik.  4.1 Mempraktikkan variasi dan  Kombinasi keterampilan  Dalam memainkan salah satu  Permainan bola besar dengan  Koordinasi gerak yang baik.  3.1.Menganalisis, merancang, dan mengevaluasi taktik dan strategi permainan  (pola menyerang dan bertahan) salah satu  permainan bola besar.  4.1.Memperagakan dan mengevaluasitaktik dan strategi permainan (menyerang dan  bertahan) salah satu permainan bola besar dengan peraturan  terstandar. | Teknik mengoper bola dalam permainan sepak bola  Teknik menyundul bola dalam permainan sepak bola  Peraturan pertandingan dalam permainan sepak bola  Peraturan perwasitan dalam permainan sepak bola  Teknik servise dalam permainan bola voli  Teknik gerakan spike/smash dalam permainan bola voli  Peraturan dalam permainan bola voli | X  XI  XII  XII  X  XI  XII | Menganalisa gambar teknik mengoper bola pada permainan sepak bola  Menelaah teknik menyudul bola dalam permainan sepak bola  Menganalisa peraturan pertandingan dalam permainan sepak bola  Menganalisa peraturan perwasitan dalam permainan sepak bola  Menganalisa gambar teknik gerakan servise dalam permainan bola voli  Menganalisa gambar teknik gerakan spike/smash dalam permainan bola voli  Menelaah peraturan dalam permainan bola voli | C4  C4  C4  C4  C4  C4  C4 | PG  PG  PG  PG  PG  PG  PG | 1/44  2/45  3/46  4/47  5/23  6/24  7/25 |
| **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 dan  bertahan) salah satu permainan bola besar.  4.1.Memperagakan dan mengevaluasitaktik dan strategi permainan (menyerang dan  bertahan) salah satu permainan bola besar dengan peraturan  terstandar.  3.4Menganalisis strategi dalam pertarungan bayangan (shadow fighting) olahraga beladiri  4.4Mempraktikkan strategi dalam pertarungan fighting) olahraga beladiri dengan lancar dan koordinasi gerak yang baik.. | Pola penyerangan dalam permainan bola voli  Teknik passing dalam permainan bola basket  Teknik menembak bola dalam permainan bola basket  Pola pertahanan dalam permainan bola basket  Pola penyerangan permainan bola basket  Teknik pukulan dalam permainan bulutangkis  Teknik serangan dalam olahraga beladiri pencak silat  Teknik pembelaan dalam olahraga beladiri pencak silat  Tahapan-tahapan teknik gerakan lari jarak pendek  Teknik gerakan lari jarak menengah | XII  X  XI  XII  XII  X  XII  XII  X  XI | Menganalisa gambar pola penyerangan dalam permainan bola voli  Menganalisa gambar teknik gerakan passing dalam permainan bola basket  Menganalisa teknik gerakan menembak bola dalam permainan bola basket  Menelaah pola pertahanan dalam permainan bola basket  Menelaah pola penyerangan dalam permainan bola basket  Menganalisa teknik gerakan pukulan dalam permainan bulutangkis  Mengemukakan teknik gerakan serangan dalam olahraga beladiri pencak silat  Menggambarkan teknik gerakan pembelaan dalam olahraga beladiri pencak silat  Menganalisa gambar tahapan-tahapan teknik gerakan lari jarak pendek  Mengemukakan teknik gerakan lari jarak menengah | C4  C4  C4  C4  C4  C4  C3  C3  C4  C3 | PG  PG  PG  PG  PG  PG  PG  PG  PG  PG | 8/26  9/1  10/2  11/3  12/4  13/5  14/6  15/7  16/8  17/9 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.3 Menganalisis  danmengkategorikan  keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat,lari, lompat, danlempar) serta  menyusun rencana perbaikan  4.3 Mempraktikkan  Perbaikan keterampilan salah  satu nomor atletik (jalan cepat, lari,lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategoris si. | Macam-macam gaya dalam lompat jauh  Teknik saat di udara pada cabang lompat jauh  Teknik pemberian dan penerimaan tongkat estafet  Peraturan perlombaan tolak peluru | XII  XII  XI  XII | Menganalisa gambar macam-macam gaya dalam lompat jauh  Menentukan hal-hal yang penting dan utama dalam teknik gerakan saat di udara pada cabang lompat jauh  Menganalisa gambar teknik gerakan pemberian dan penerimaan tongkat estafet  Menafsirkan peraturan perlombaan tolak peluru | C4  C3  C4  C5 | PG  PG  PG  PG | 18/35  19/36  20/33  21/34 |
| 2 | 3.5 Menganalisis konsep  Pengukuran komponen  Kebugaran jasmani terkait  kesehatan dan keterampilan  menggunakan instrumen  terstandar.  4.5 Mempraktikkan pengukuran derajat  komponen kebugaran  jasmani terkait kesehatan dan  keterampilan menggunakan instrumen terstandar.  3.5 Menganalisis  konsep  latihan,pengu  kuran, dan  hasil  pengembanga  n komponen  kebugaran  jasmani.  4.5 Mempraktik  kan latihan,  pengukuran,  dan analisis  hasil latihan  pengembanga  n komponen  kebugaran  jasmani. | Fungsi tes kebgaran jasmani bagi pelajar SMA  Tujuan dari bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani  Tujuan bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani | XI  XII  XII | Menentukan fungsi tes kebugaran jasmani bagi pelajar SMA  Menganalisa gambar tujuan dari bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani  Menganalisa gambar tujuan bentuk-bentuk latihan kebugaran jasmani | C3  C4  C4 | PG  PG  PG | 22/43  23/41  24/42 |
| 3 | 3.6 Menganalisis dan  Mengkategorikan keterampilan geraksenam ketangkasan  Menggunakan meja lompat serta  menyusun rencana perbaikan.  .4.6 Mempraktikkan ketrampilan dua senam ketangkasan  menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan  kategorisasi. | Gerakan senam lantai terhadap aktivitas tubuh  Rangkaian pada salah satu jenis gerakan senam lantai  Jenis-jenis olahraga senam | X  XI  XII | Mengaitkan gerakan senam lantai terhadap aktivitas tubuh  Menganalisa gambar rangkaian pada salah satu jenis gerakan senam lantai  Menentukan jenis-jenis olahraga senam | C3  C4  C3 | PG  PG  PG | 25/48  26/49  27/50 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.7Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan  rangkaian gerak(koreo) aktivitas  gerak ritmik.  4.7Mempraktikkan perbaikan  Keterampilan rangkaian gerak  (koreo) aktivitas gerak ritmik sesuai hasil analisis dan  kategorisasi. | Pengaruh latihan aerobik terhadap tubuh  Upaya yang dilakukan untuk menghasilkan senam ritmik yang baik  Jenis-jenis gerakan senam aerobik  Macam-macam gerakan dalam senam irama | X  XI  XII  XII | Menentukan pengaruh latihan aerobik terhadap tubuh  Merinci upaya yang dilakukan untuk menghasilkan senam ritmik yang baik  Menghubungkan jenis-jenis gerakan senam aerobik  Mengkategorikan macam-macam gerakan dalam senam irama | C3  C4  C6  C6 | PG  PG  PG  PG | 28/37  29/38  30/39  31/40 |
| 4 | 3.8 Menganalisis   keterampilan  tiga gaya renang yang berbeda,  dan  mengidentifikasi teknik dan  peralatan yang  digunakan  untuk tindakan  penyelamatan di  air.  4.8Mempraktikkan   keterampilan  tiga gaya renang yang berbeda  dengan  koordinasi yang  baik, dan teknik  penyelamatan  kecelakaan di  air dengan  menggunakan  peralatan yang  ada (tali,  pelampung,  galah, skoci dan  lain  sebagainya). | Teknik gerakan lengan pada renang gaya bebas  Jenis-jenis gaya dalam cabang olahraga renang  Cara pengambilan napas pada renang gaya dada  Hal-hal yang dihindarkan pada saat melakukan penyelamatan korban di air  Penyebab terjadinya bahaya di air | X  XI  XII  XII  XII | Menentukan fase-fase teknik gerakan lengan pada renang gaya bebas  Menganalisa gambar jenis-jenis gaya dalam cabang olahraga renang  Menganalisa cara pengambilan napas pada renang gaya dada  Menentukan hal-hal yang dihindarkan pada saat melakukan penyelamatan korban di air  Menganalisa cara melakukan pertolongan korban kecelakaan di air tanpa alat | C3  C4  C4  C3  C4 | PG  PG  PG  PG  PG | 32/16  33/17  34/18  35/19  36/20 |
| **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 terbuka  Metode untuk menentukan posisi pada saat pendakian gunung | XI  XI | Merinci bahaya yang sering terjadi pada saat penjelajahan di alam terbuka  Mengemukakan metode untuk menentukan posisi pada saat pendakian gunung | C4  C3 | PG  PG | 37/21  38/22 |
| 6 | 3.9 Memahami upaya  pencegahan dan penanggulangan  bahaya NARKOBA dan  psikotropika terhadap  diri sendiri, keluarga,  lingkungan, bangsa dan Negara  4.9 Menyajikan informasi  Berkai tan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan bahaya NARKOBA danpsikotropika.terhadap  diri sendiri, keluarga,  lingkungan, bangsa dan negara  3.10 Memahami dampak  seks bebas terhadap  diri sendiri, keluarga dan masyarakat luas.  4.10 Menyajikan informasi  tentang 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 narkotika  Penyakit yang ditimbulkan akibat seks bebas  Usaha-usaha yang dilakukan untuk menghindari pergaulan seks bebas  Gejala-gejala yang ditimbulkan akibat penyakit AIDS  Tindakan pencegahan untuk menghindari penularan penyakit HIV/AIDS | X  X  X  X  XI  XI | Merinci gejala-gejala mental atau rohaniah yang ditimbulkan akibat mengkonsumsi narkoba  Menentukan undang-undang yang mengatur tentang narkotika  Mengkategorikan jenis penyakit yang ditimbulkan akibat seks bebas  Mengemukakan usaha-usaha yang dilakukan untuk menghindari pergaulan seks bebas  Mengkategorikan gejala-gejala yang ditimbulkan akibat penyakit AIDS  Mengemukakan tindakan pencegahan untuk menghindari penularan penyakit HIV/AIDS | C4  C3  C6  C3  C6  C3 | PG  PG  PG  PG  PG  PG | 39/27  40/28  41/29  42/30  43/31  44/32 |
| **No Urut** | **Standar Kompetensi Lulusan** | **Materi** | **Bahan Kelas** | **Indikator** | **Ranah** | **Bentuk Soal** | **No. Soal** |
|  | 3.12 Menganalisis  perencanaan program  kesehatan pribadi  4.12 Merancangprogram  Perencanaan kesehatan pribadi  untuk 1 semester | Penyebab terjadinya pencemaran tanah  Akibat yang ditimbulkan dari pencemaran air  Pola hidup sehat  Pemanfaatan waktu luang terhadap kesehatan  Kebutuhan kalori setiap orang  Kebutuhan gizi bagi tubuh | XII  XII  XI  XI  XII  XII | Merinci penyebab-penyebab terjadinya pencemaran tanah  Mengemukakan akibat yang ditimbulkan dari pencemaran air  Mengaitkan pola hidup sehat seseorang  Mengaitkan pemanfaatan waktu luang terhadap kesehatan  Mengklasifikasikan kebutuhan kalori setiap orang  Mengurutkan gizi yang dibutuhkan bagi kesehatan tubuh | C4  C3  C3  C3  C3  C3 | PG  PG  PG  PG  PG  PG | 45/10  46/11  47/12  48/13  49/14  50/15 |

Mengetahuai Jakarta, 26 Januari 2016

Kepala SMA Negeri Jakarta Guru,

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