

SOAL KURIKULUM DAN MODEL PEMBELAJARAN PENJAS

Pilihlah salah satu jawaban yang menurut anda paling tepat dengan cara memberi tanda cross (X) pada huruf a, b, c, dan d yang tersedia pada masing-masing soal berikut ini.

SET I

1. Pendidikan jasmani secara sederhana dapat mengandung arti
 - a. Pendidikan untuk menguasai aktivitas jasmani
 - b. Pendidikan untuk menguasai nilai-nilai dalam aktivitas jasmani
 - c. Pendidikan melalui dan tentang aktivitas jasmani
 - d. Pendidikan untuk memperkenalkan siswa pada aktivitas jasmani
2. Kompetensi pada dasarnya merupakan
 - a. Pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai-nilai yang diwujudkan dalam kebiasaan berpikir dan bertindak
 - b. Segala sesuatu yang bersifat penting dimiliki
 - c. Kemampuan yang harus dimiliki untuk dapat hidup sejahtera
 - d. Segala sesuatu yang berguna untuk menambah nilai uang
3. Realisasi kurikulum dilapangan pada dasarnya lebih banyak ditentukan oleh
 - a. Kurikulum yang berlaku secara nasional
 - b. Kemampuan dan nilai-nilai yang dimiliki para gurunya
 - c. Kemampuan daerah
 - d. Lingkungan tempat mengajar
4. Model pembelajaran pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengembangan tanggung jawab secara instrinsik adalah
 - a. Model Assertif
 - b. Model Hellison
 - c. Model Rogers
 - d. Model Jewett

SET 2

5. Tujuan pendidikan jasmani yang menurut anda paling penting adalah
 - a. Memiliki berbagai keterampilan gerak dasar
 - b. Menghasilkan prestasi olahraga
 - c. Terbentuknya kebiasaan gaya hidup aktif dan sehat
 - d. Memiliki tingkat kebugaran yang memadai
6. Pembelajaran "*Mastery Learning*" merupakan model pembelajaran yang berada pada payung
 - a. Social
 - b. Personal
 - c. Behavioral
 - d. Proses informasi
7. Model kurikulum pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengembangan individu adalah
 - a. Model kebugaran
 - b. Personal meaning
 - c. Developmental education
 - d. Sport education

8. Siedentop mengembangkan model kurikulum dan pembelajaran yang dikenal dengan nama
- Model assertif
 - Model pendidikan olahraga
 - Model levels of affective development
 - Model teaching responsibility

SET 3

9. Nilai-nilai yang erat kaitannya dengan bidang kajian permainan dan olahraga adalah
- Disiplin
 - Kerjasama
 - Respek
 - Etos kerja
10. Menurut Joyce dan Weil, salah satu model pembelajaran olahraga adalah, kecuali
- Mastery learning
 - Simulation
 - Direct instruction
 - Nondirective teaching
11. Model kurikulum pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengembangan keilmuan adalah
- Model kebugaran
 - Model rekonstruksi sosial
 - Model personal meaning
 - Model developmental
12. Salah satu asumsi penerapan model kebugaran adalah, kecuali
- Kebugaran sifatnya kondisional
 - Gaya hidup aktif menurun seiring bertambahnya usia
 - Rendahnya kebugaran merupakan fenomena anak-anak usia sekolah
 - Kebugaran merupakan jaminan hari tua

SET 4

13. Kurikulum pada dasarnya berisikan tentang
- Apa yang harus diajarkan
 - Bagaimana mengajarkan materi
 - Delivery system
 - Penataan lingkungan belajar
14. Model pembelajaran yang dikembangkan Joyce dan Weil cenderung dikembangkan dari
- Model belajar
 - Model mengajar
 - Model lingkungan
 - Model materi pelajaran
15. Model kurikulum rekonstruksi sosial cenderung menekankan pada pengembangan
- Masyarakatnya
 - Individunya
 - Keilmuannya
 - Teknologi
16. Perbedaan model sport education dari pembelajaran olahraga pada umumnya dapat diamati dari aspek

- a. Pembelajaran gerak
- b. Pembelajaran taktis
- c. Aspek nilai-nilai
- d. Aspek puncak kompetisi

SET 5

17. Tiga dimensi pengembangan kurikulum terdiri dari
- a. Dimensi ide, dokumen, dan tindakan
 - b. Dimensi GBPP, pembelajaran, dan perencanaan
 - c. Dimensi internalisasi, pelaksanaan, dan evaluasi
 - d. Dimensi perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi
18. Hubungan kurikulum dan pembelajaran dalam model pembelajaran pendidikan jasmani cenderung bersifat, kecuali
- a. Dualistic
 - b. Interlocking
 - c. Concentric
 - d. Cyclical
19. Model kurikulum pendidikan jasmani yang kental dengan analisis gerak adalah
- a. Model kinesiology
 - b. Model rekonstruksi sosial
 - c. Model sport education
 - d. Model personal meaning
20. Salah satu asumsi penerapan model sport education adalah karena pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, kecuali
- a. Memenuhi prinsip DAP
 - b. Kurang menyeluruh
 - c. Terpotong-potong
 - d. Menekankan pada kemampuan teknis olahraga

KUNCI JAWABAN

Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Set 5
1 = c	5 = c	9 = b	13 = a	17 = a
2 = a	6 = c	10 = a	14 = a	18 = a
3 = b	7 = b	11 = a	15 = a	19 = a
4 = b	8 = b	12 = d	16 = a	20 = a

Soal Teori Belajar Motorik

Soal set 1

Jawablah pertanyaan di bawah ini, dengan cara memberikan tanda silang pada salahsatu jawaban yang paling benar.

1. Belajar gerak dapat terjadi:
 - a. Hanya di sekolah pada saat pelajaran pendidikan jasmani
 - b. Hanya di klub pada saat latihan olahraga yang disenangi
 - c. Di mana saja dan kapan saja
 - d. Di rumah dan di sekolah saat dibimbing oleh orangtua dan guru penjas

2. Agar sampai pada tahap terampil melempar bola, berapa kali pengulangan melempar bola setiap latihan ?
 - a. 100 kali dan harus diselingi istirahat.
 - b. 50 kali dan boleh diselingi istirahat
 - c. 25 kali tanpa istirahat
 - d. Tidak ada penjelasan tentang jumlah pengulangan yang pasti

3. Gejala plateau terjadi karena akibat :
 - a. Terlalu banyak informasi yang masuk ke dalam pusat syaraf .
 - b. Adanya proses penyesuaian system syaraf dan fisiologis terhadap kondisi baru
 - c. Terlalu banyak latihan
 - d. Terlalu ringan atihan.

4. Anak dapat memasukan bola ke basket dengan cepat dari berbagai posisi dan arah dengan tanpa berpikir bagaimana cara melakukannya. Dalam tahap belajajar gerak, dia sudah masuk ke dalam tahap :
 - a. Refleks
 - b. Otomatisasi
 - c. Tahap gerak (motor stage)
 - d. Tahap kognitif

Kunci jawaban

1. c
2. d
3. b
4. b

Soal Pendekatan Permainan

Soal set 1

Jawablah pertanyaan di bawah ini, dengan cara memberikan tanda silang pada salahsatu jawaban yang paling benar.

1. Di bawah ini merupakan alasan bahwa “mengajarkan olahraga permainan di SMP harus merupakan bagian integral dari pembelajaran pendidikan jasmani”, kecuali :

- a. Seluruh siswa harus terampil melakukan olahraga permainan
 - b. Kurikulum yang sedang berlaku bernuansa olahraga kecabangan
 - c. Olahraga permainan banyak disukai siswa
 - d. Olahraga permainan banyak memiliki nilai-nilai pendidikan.
2. Olahraga permainan yang diajarkan dalam suasana kependidikan diyakini dapat mengembangkan nilai-nilai kepribadian anak secara utuh, oleh sebab itu :
- a. Olahraga permainan harus selalu diajarkan di sekolah
 - b. Mengajarkan olahraga permainan harus merupakan bagian integral dari pembelajaran penjas
 - c. Olahraga permainan harus dikuasai oleh seluruh siswa
 - d. Standarisasi sarana dan alat-alat pembelajaran olahraga permainan harus dimiliki oleh sekolah
3. Taktik bermain pada hakikatnya adalah :
- a. Segala tipu muslihat agar tujuan permainan dapat tercapai
 - b. Akal untuk memperdaya lawan
 - c. Segala usaha untuk melaksanakan keterampilan teknik secara efektif dalam suasana bermain.
 - d. Segala cara untuk memenangkan permainan
4. Tujuan utama digunakannya pendekatan taktis dalam pembelajaran olahraga permainan adalah :
- a. Untuk meningkatkan keterampilan tenik dan pemahaman siswa terhadap konsep bermain
 - b. Untuk meningkatkan keterampilan teknik dan kemampuan fisik
 - c. Untuk menyalurkan kesenangan anak
 - d. Untuk memudahkan guru dalam mengajar
5. Perbedaan pokok antara pendekatan taktis dan pendekatan teknis adalah ...
- a. Pendekatan teknik menekankan penguasaan keterampilan, sementara pendekatan taktis menekankan pada bermain untuk menyenangkan anak
 - b. Pendekatan teknik menekankan pada drilling, sementara pendekatan taktis pada kesadaran anak terhadap masalah-masalah taktik
 - c. Pendekatan teknik lebih dekat pada gaya komando, sementara pendekatan taktis lebih dekat kepada gaya tugas
 - d. Pendekatan teknik menekankan pada kedisiplinan, sementara pendekatan taktis menekankan pada kepuasan anak
6. Pendekatan taktis merupakan pendekatan yang lebih menguntungkan untuk mengajarkan cabang olahraga permainan, karena ...
- a. Menekankan pada penguasaan keterampilan teknik
 - b. Menekankan pada suasana bermain setelah latihan keterampilan teknik
 - c. Keterampilan bermain hanya dapat dilakukan jika keterampilan teknik sudah tinggi
 - d. Mengajarkan keterampilan teknik langsung dalam suasana permainan.

7. Langkah pembelajaran pada inti pembelajaran dengan menggunakan pendekatan taktis adalah...
 - a. Latihan teknik, kemudian bermain
 - b. Latihan teknik, bermain, kemudian latihan teknik lagi
 - c. Bermain, latihan teknik, bermain
 - d. Bermain, tanya jawab masalah taktik, latihan teknik, bermain.
8. Persamaan dan perbedaan antara permainan sepakbola dan bola basket adalah..., kecuali :
 - a. Sama-sama permainan saling serang, tekniknya berbeda
 - b. Masalah taktiknya berbeda, tujuan permainan sama
 - c. Masalah taktiknya sama, tujuan permainan sama.
 - d. Sama-sama menggunakan peraturan permainan, teknik bermain yang berbeda.
9. Beberapa pertanyaan penting harus diajukan kepada siswa setelah permainan pertama dilakukan. Tujuan utamanya adalah...
 - a. Untuk membangkitkan kesadaran semua siswa terhadap apa yang harus dilakukan pada saat bermain.
 - b. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap yang diajarkan
 - c. Untuk menilai keberhasilan belajar siswa
 - d. Untuk menilai keberhasilan proses belajar mengajar

SOAL DAN KUNCI JAWABAN MATERI PELATIHAN MEKANIKA GERAK

1. Mekanika gerak adalah suatu pemahaman terhadap pengaruh yang ditimbulkan oleh daya, seperti di bawah ini, kecuali:
 - a. daya tarik bumi,
 - b. titik berat tubuh,
 - c. gesekan,
 - d. tahanan angin.
2. Dalam olahraga, hukum gerak dan mekanika gerak tidak hanya berlaku pada atlet saja, tetapi berlaku juga pada:
 - a. kondisi lingkungan,
 - b. perlengkapan yang dipakai oleh atlet,
 - c. para ofisial dan pelatih,
 - d. para penonton.
3. Kecenderungan suatu benda untuk mempertahankan posisi atau gerakannya disebut:
 - a. daya,
 - b. titik berat tubuh/benda
 - c. inerti
 - d. friksi
4. Jika dikatakan bahwa seorang atlet dikatakan mempunyai inerti yang lebih besar dari atlet lainnya, maka dapat dipastikan bahwa atlet tersebut:

- a. memiliki tenaga yang lebih kecil,
 - b. mempunyai tenaga yang lebih besar,
 - c. memiliki massa tubuh (berat) yang lebih besar.
 - d. memiliki massa tubuh (berat) yang lebih kecil.
5. Perubahan kecepatan dari tidak cepat menjadi lebih cepat sering disebut dengan istilah mekanika sebagai:
- a. Speed,
 - b. Velocity
 - c. Akselerasi
 - d. Deselerasi
6. Tubuh atlet mempunyai massa yang menyebar dalam seluruh wilayah tubuh. Namun seperti juga benda lain, maka tubuh atlet itupun pasti memiliki titik tengah, atau titik di mana seluruh massa tubuh berpusat. Titik itu disebut:
- a. Massa tubuh,
 - b. Titik Berat Tubuh,
 - c. Titik Gravitasi Bumi
 - d. Titik lingkaran tubuh.
7. Gaya Fosbury Flop (membelakangi dan melenting) dalam lompat tinggi dianggap sebagai gaya yang paling baik karena:
- a. Bisa menghasilkan daya yang lebih kuat pada saat menolak.
 - b. Bisa menghasilkan tenaga ayunan lengan yang lebih kuat pada saat melayang,
 - c. Bisa membuat pendaratan lebih nyaman.
 - d. Bisa menempatkan titik berat tubuh di bawah mistar sehingga lebih efisien.
8. Ketika melakukan aksi pendaratan, kaki si pendarat seharusnya bungkuk dan pendaratan berlangsung dalam waktu yang relatif lama. Hal ini diperlukan karena:
- a. Dengan membungkukkan kaki berarti daya reaksi bumi diserap dan disalurkan pada lebih banyak bagian tubuh.
 - b. Dengan membungkukkan kaki membuat kaki si pendarat akan lebih aman.
 - c. Dengan membungkukkan kaki, atlet sedang berusaha untuk tidak jatuh kembali ke belakang.
 - d. Dengan membungkukkan kaki, atlet menekan kakinya supaya tidak memantul kembali.
9. Ketika seorang atlet mencoba mengangkat barbel dari lantai, maka kemungkinannya barbel itu akan bergerak atau cenderung bergerak. Upaya mengubah atau cenderung mengubah itu disebut:
- a. Daya,
 - b. Kerja,
 - c. Momentum,
 - d. Energi.
10. Jika dua orang atlet yang berbeda berat badannya berlari ke satu arah tertentu, maka atlet yang memiliki momentum lebih besar adalah:
- a. Atlet yang lebih ringan tetapi kecepatannya lebih tinggi,
 - b. Atlet yang lebih berat tetapi kecepatannya lebih tinggi,

- c. Atlet yang lebih ringan tetapi kecepatannya sama.
- d. Atlet yang lebih berat tetapi kecepatannya sama.

KUNCI JAWABAN

- 1. b
- 2. b
- 3. c
- 4. c
- 5. c
- 6. b
- 7. d
- 8. a
- 9. a
- 10. b

SOAL Pendekatan Pola Gerak Dominan

1. Pendekatan Pola Gerak Dominan memiliki arti sebagai berikut:
 - a. Pendekatan yang menekankan pencapaian kebugaran jasmani.
 - b. Pendekatan yang menekankan penguasaan keterampilan senamnya.
 - c. Pendekatan yang menekankan penguasaan pola gerak dalam senam.
 - d. Pendekatan yang menekankan penguasaan kemampuan gerak anak.
2. Di samping pola gerak pendaratan dan layangan, pola gerak lainnya adalah seperti yang tercantum di bawah ini, kecuali:
 - a. Tolakan,
 - b. Lompatan,
 - c. Posisi statis,
 - d. Putaran dan ayunan.
3. Keterampilan pengembangan isi pelajaran yang harus dikuasai guru meliputi aspek pengembangan berikut, kecuali:
 - a. informing,
 - b. extending,
 - c. refreshing,
 - d. refining dan applying.
4. Salah satu prinsip mekanika dari pola gerak pendaratan berbunyi: momentum tubuh di serap dalam periode waktu yang lama. Ini mengandung makna bahwa:
 - a. proses melayang harus diusahakan selama mungkin.
 - b. proses mendarat harus dalam rentang waktu yang lama.
 - c. proses mendarat harus singkat.
 - d. proses mendarat harus menempuh jarak yang jauh.

5. Untuk memperlama periode pendaratan di atas, upaya yang dilakukan oleh pesenam adalah:
 - a. pesenam mengepak-ngepakkan lengannya di udara seperti sayap burung.
 - b. pesenam meluruskan bagian tubuh yang dipakai untuk mendarat.
 - c. pesenam membengkokkan bagian tubuh yang mendarat secara bertahap.
 - d. pesenam mengeraskan seluruh tubuh pada saat mendarat.

6. Salah satu penerapan prinsip mekanika dalam putaran yang menyatakan bahwa “massa tubuh harus di dekatkan ke poros putaran” dapat dilihat dari peristiwa berikut, kecuali:
 - a. naik ke palang tunggal dengan guling perut (pull over) lengan dibengkokkan.
 - b. guling depan di matras dengan membulatkan badan.
 - c. benda yang diikat tali dan diputar di jari sehingga talinya melingkar di jari; makin lama puatarannya makin cepat.
 - d. pesenam yang membuka lengannya terentang ketika berputar.

7. Salah satu strategi pengajaran senam adalah dengan mengurutkan kegiatan pembelajaran dalam beberapa tahapan. Setelah tahapan kegiatan orientasi gerak dan keterampilan inti, tahap berikutnya adalah:
 - a. perluasan keterampilan,
 - b. variasi,
 - c. rangkaian,
 - d. memperkenalkan keterampilan.

8. Pengajaran senam pendekatan Pola Gerak Dominan sama artinya dengan:
 - a. memperbanyak kegiatan-kegiatan yang diarahkan untuk menguasai pola gerak dominan yang jumlahnya tujuh tersebut.
 - b. memperbanyak kegiatan yang diarahkan supaya anak langsung menguasai gerakan senam yang diajarkan, misalnya neck kip.
 - c. memperbanyak kegiatan supaya anak meningkat kelentukannya.
 - d. memperbanyak kegiatan agar anak terampil dalam cabang senam seperti pesenam.

9. Pengertian pemberian bantuan dalam senam mengandung arti yang beragam, di antaranya adalah seperti diuraikan di bawah ini, kecuali:
 - a. mengangkat,
 - b. mendorong,
 - c. menyertai gerakan,
 - d. mengamankan.

10. Aspek pedagogis dari pemberian bantuan dalam pembelajaran senam dapat dilihat dari kegiatan yang dipilih guru seperti berikut:
 - a. Setiap kali anak dibantu oleh guru agar anak semakin bergantung pada bantuan.
 - b. Anak diarahkan untuk saling membantu sehingga belajar menerima tanggung jawab dan mempercayai anak lain.
 - c. Anak diminta melatih kemampuannya untuk membantu sehingga dalam setiap pembelajaran anak itu bertugas sebagai pembantu guru.
 - d. Anak yang kurang baik kemampuan senamnya diarahkan untuk menjadi pembantu anak yang terampil.

KUNCI JAWABAN

1. c
2. b
3. c
4. b
5. c
6. d
7. a
8. a
9. b
10. b

STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Petunjuk: Pilihlah satu jawaban yang menurut anggapan Anda paling benar dari pilihan jawaban yang ada.

1. Ciri keterampilan yang dapat dikemukakan adalah meliputi faktor-faktor berikut, kecuali:
 - a. Efisiensi
 - b. Efektivitas,
 - c. Frekuensi,
 - d. Adaptabilitas.
2. Keterampilan tertutup adalah keterampilan yang dicirikan oleh kondisi lingkungan yang:
 - a. Selalu berubah dari waktu ke waktu.
 - b. Kadang-kadang berubah.
 - c. Tidak pernah berubah sehingga mudah diduga.
 - d. Menyenangkan dan membahagiakan.
3. Keterampilan terbuka adalah keterampilan yang dicirikan oleh kondisi lingkungan yang:
 - a. Selalu berubah dari waktu ke waktu.
 - b. Kadang-kadang berubah.
 - c. Tidak pernah berubah sehingga mudah diduga.
 - d. Menyenangkan dan membahagiakan.
4. Berikut adalah contoh dari keterampilan tertutup, kecuali:
 - a. Tinju,
 - b. Golf,
 - c. Panahan,
 - d. Senam
5. Salah satu alternatif yang dapat ditempuh guru di sekolah dari kurangnya alokasi waktu pembelajaran penjas untuk kepentingan peningkatan kebugaran jasmani dan keterampilan gerak adalah:

- a. Menggunakan waktu di luar pelajaran pendidikan jasmani
 - b. Meminta semua anak untuk masuk klub olahraga
 - c. Mendatangkan instruktur senam ke sekolah,
 - d. Memberi tugas pada anak untuk berlatih di rumah.
6. Anak jarang mencapai tingkat kebugaran jasmani yang memadai melalui program penjas, juga disebabkan oleh hal berikut, kecuali:
- a. Kurang alokasi waktu yang tersedia untuk penjas.
 - b. Guru tidak mampu memilih tugas gerak yang bernilai fitness tinggi,
 - c. Alat yang kurang sehingga anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk menunggu giliran.
 - d. Siswa tidak termotivasi karena kegiatan penjas tidak menarik.
7. Terbatasnya alat sebenarnya dapat disiasati melalui pengaturan waktu dan ruang secara kreatif, misalnya dengan cara:
- a. memodifikasi alat lain supaya bisa dipakai,
 - b. membagi dan menugaskan anak dalam beberapa pos.
 - c. membagi anak untuk bergantian,
 - d. membebaskan anak untuk memilih kegiatan yang disukai.
8. Gaya inklusi adalah gaya yang sesuai untuk mengakomodasi kebutuhan dan kemampuan siswa dari satu kelas yang beragam. Caranya adalah dengan:
- a. Menyediakan tugas gerak dan alat yang disesuaikan kesulitan dan ukurannya.
 - b. Meminta siswa memilih tugas gerak dan alat yang sesuai dengan kemampuannya.
 - c. Guru menyediakan kriteria keberhasilan yang fleksibel.
 - d. Semua benar.
9. Berikut adalah kondisi-kondisi yang menyebabkan siswa merasa dipermalukan dalam pembelajaran penjas, kecuali:
- a. Menghukum atau memaksa siswa melakukan sesuatu dengan sengaja di depan siswa lain.
 - b. Membiarkan kegagalan terjadi terus menerus.
 - c. Memberi julukan yang merendahkan pada anak
 - d. Menyuruh anak menjadi *role-model*.
10. Ciri demonstrasi yang baik meliputi kriteria berikut, kecuali:
- a. Informasi dan informasi harus akurat,
 - b. Harus selalu dilakukan oleh guru.
 - c. Informasi penting harus mendapat penekanan,
 - d. Ulangi dan lakukan dengan lebih lamban pada gerak yang menjadi pokok,

Kunci Jawaban:

1. c
2. c
3. a
4. a
5. a

- 6. a
- 7. b
- 8. d
- 9. d
- 10. b

SOAL IMPLEMENTASI SPORT EDUCATION

1. Salah satu landasan yang mendorong lahirnya model kurikulum sport education adalah:
 - a. hakikat pembelajaran penjas yang tidak memberikan pengalaman lengkap kepada siswa.
 - b. pembelajaran cabang olahraga yang diberikan dalam suasana kering dari nilai-nilai olahraga.
 - c. pembelajaran penjas yang hanya terfokus pada pengembangan teknik dasar semata-mata.
 - d. semuanya benar belaka.

2. Tujuan dari model sport education adalah mendidik siswa untuk menjadi pemain dalam arti sesungguhnya serta membantu mereka berkembang seperti berikut, kecuali:
 - a. olahragawan yang kompeten,
 - b. olahragawan yang bijaksana dan berpengetahuan,
 - c. olahragawan yang antusias,
 - d. olahragawan yang berprestasi.

3. Poin-poin dibawah ini adalah merupakan beberapa tujuan khusus dari model sport education, kecuali:
 - a. Mengembangkan keterampilan dan kebugaran yang khusus untuk cabang olahraga yang ditekuni.
 - b. Membangkitka gairah persaingan dan kemampuan berkompetisi di antara siswa.
 - c. Menghargai dan dapat melakukan permainan strategis dalam olahraga.
 - d. Menghargai ritual dan konvensi keunikan makna dari setiap cabang olahraga.

4. Salah satu ciri dari pelaksanaan sport education adalah adanya musim kompetisi. Musim ini diartikan sebagai:
 - a. pengganti unit pembelajaran dalam penjas yang biasanya berlangsung dua atau tiga pertemuan per unitnya.
 - b. musim ini berlangsung dalam jangka waktu yang lebih panjang, dua atau tiga musim dalam satu semester.
 - c. musim dapat terdiri dari musim latihan umum, musim latihan khusus, musim pertandingan, dan berakhir di musim puncak pertandingan.
 - d. benar semua.

5. Yang disebut dengan musim puncak pertandingan seharusnya bersifat:
 - a. Khidmat dan penuh kesungguhan,
 - b. Meriah dan melibatkan semua siswa.
 - c. Bersifat festival sehingga suasana sekolah terlihat berbeda.
 - d. benar semua.

6. Model sport education menuntut siswa memainkan banyak peran daripada olahraga pada umumnya yang hanya berperan sebagai pemain. Dalam model sport education, peran yang bisa dimainkan meliputi:
 - a. pelatih, kapten regu, wasit, dan pencatat skor.
 - b. manager, instruktur, penyiar, dan penulis.
 - c. hanya poin yang benar.
 - d. poin a dan poin b bisa dibenarkan.

7. Salah satu pedoman untuk melaksanakan model sport education adalah bahwa guru harus memilih cabang olahraga yang paling dikuasainya. Hal ini penting jika dikaitkan dengan alasan berikut:
 - a. Karena keterlibatan siswa dalam model sport education banyak ditentukan oleh minat guru.
 - b. Karena keterlibatan siswa dalam musim kompetisi akan banyak menimbulkan pertanyaan yang perlu segera dijawab dengan mudah dan meyakinkan oleh guru.
 - c. Karena cabang yang paling dikuasai guru biasanya juga merupakan cabang yang paling disukai siswa.
 - d. Karena sport education harus benar-benar dilaksanakan seperti cabang yang sebenarnya.

8. Model sport education memerlukan keterlibatan penuh dari para siswa. Untuk itu guru harus mampu memodifikasi cabang olahraga dengan cara berikut, kecuali:
 - a. menggunakan tempat yang ideal.
 - b. merubah permainan dalam format kecil,
 - c. menciptakan kondisi permainan yang ramah,
 - d. permainan dilangsungkan dalam waktu yang lebih pendek

9. Musim pertandingan selayaknya berlangsung cukup panjang agar tujuan dari model sport education dapat tercapai; yaitu:
 - a. memberikan pengalaman yang lengkap pada siswa dalam hal menguasai keterampilan olahraga,
 - b. menginternalisasi nilai-nilai olahraga agar menjadi pelengkap perkembangan kepribadian siswa.
 - c. menguasai strategi pertahanan dan penyerangan yang mencukupi dari cabang yang dipelajari.
 - d. semua benar.

10. Penilaian otentik adalah penilaian yang terkait langsung dengan hasil pembelajaran yang penting dan relevan. Contoh penilaian di bawah ini dianggap otentik, kecuali:
 - a. Tes voli dengan wall-pass test.
 - b. Tes basket dengan diamati cara siswa bermain basket.
 - c. Tes renang dengan dites kecepatan renangnya.
 - d. Tes lompat jauh di tes jarak lompatan siswa.

1. Pernyataan yang tepat untuk menggambarkan pengertian atmosfir pembelajaran adalah:
 - a. Lingkungan sekolah yang rapi dan teratur.
 - b. Suasana belajar yang diciptakan guru.
 - c. Lingkungan tempat siswa belajar
 - d. udara dan cuaca yang cerah.

2. Atmosfir pembelajaran yang baik akan mendukung terhadap:
 - a. keinginan siswa untuk belajar.
 - b. kegairahan guru untuk mengajar.
 - c. terjadinya interaksi antara guru dan siswa serta siswa dengan siswa.
 - d. semua nampaknya benar.

3. Dalam khasanah penciptaan atmosfir pembelajaran, peraturan yang ditetapkan guru merupakan:
 - a. keinginan guru untuk dipenuhi,
 - b. harapan guru untuk menciptakan atmosfir pembelajaran,
 - c. usaha guru untuk menekan keagresifan siswa.
 - d. usaha guru mengarahkan siswa.

4. Siedentop mengembangkan peraturan dalam PBM Penjas dalam bentuk perilaku yang harus dilakukan siswa sebagai berikut, kecuali:
 - a. Keselamatan,
 - b. Kegigihan,
 - c. memelihara lingkungan di rumah,
 - d. menghargai orang lain.

5. Perilaku yang berkaitan dengan menghargai orang lain di antaranya tercermin melalui:
 - a. tidak mentertawakan atau mengejek orang lain,
 - b. tidak menyepelekan orang lain,
 - c. memperhatikan dan tidak berkomentar saat orang lain bicara,
 - d. semua benar.

6. Di samping mengemukakan harapan, gurupun diharapkan memperkenalkan rutinitas dalam pembelajarannya sebagai berikut, kecuali:
 - a. tidak mengejek orang lain,
 - b. memasuki dan meninggalkan ruangan atau lapangan olahraga,
 - c. memulai dan menghentikan aktivitas,
 - d. mengambil dan mengumpulkan alat.

7. Rutinitas pengajaran tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan harus dibentuk dengan sabar dan tekun oleh guru. Ciri-ciri guru yang berhasil dalam membentuk rutinitas adalah:
 - a. ketat tapi hangat,
 - b. jujur, disiplin, dan berwibawa,
 - c. keras dan tegas dengan menerapkan sangsi hukum,
 - d. lembut dan penuh maaf.

8. Aktivitas belajar perlu selalu ditingkatkan dengan menerapkan cara-cara berikut, kecuali:
- mendekati siswa yang potensial keluar dari tugas,
 - menerapkan aturan ketat,
 - pengawasan melekat,
 - mengingat nama.
9. Peningkatan disiplin siswa pada PBM Penjas perlu dilakukan dengan beberapa model. Di antara model yang ada, model assertif dan model Hellison nampaknya yang paling mengemuka, walaupun keduanya berbeda dalam hal landasan berpikirnya, yaitu:
- kedua model sama-sama berdasarkan motivasi intrinsik,
 - model yang satu berdasar motivasi intrinsik, sedang yang lain berdasar motivasi ekstrinsik.
 - model satu berdasar pada hukuman, model yang lain berdasar pada ganjaran,
 - kedua model bersandar pada motivasi ekstrinsik.
10. Ciri sistem Pembinaan Disiplin yang efektif di antaranya adalah sebagai berikut, kecuali:
- Siswa memahami mengapa pembinaan disiplin perlu diterapkan.
 - Dilaksanakan secara konsisten,
 - Didukung oleh guru dan kepala sekolah,
 - Orang tua tidak perlu dilibatkan.