

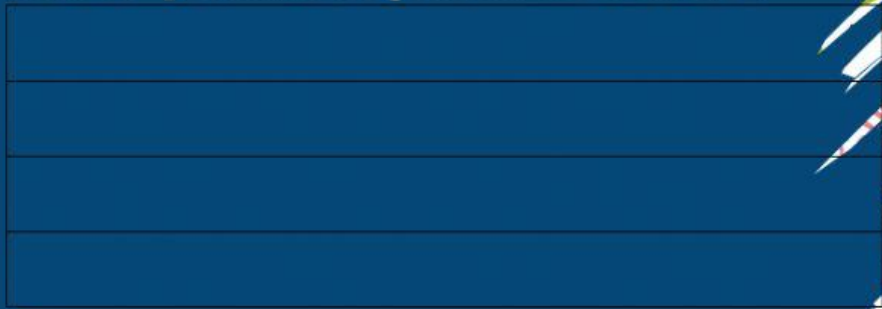


**Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan
SD SAQU Mutiara Bandung**

KISI-KISI UAS SEMESTER GANJIL
PJOK KELAS 3



**Simak Rangkuman
video pembelajaran berikut :**





**Mari kerjakan Latihan soal
di bawah ini ya 😊**




1. **Senam ritmik merupakan senam yang mengikuti?**

- A. **Ketukan dan alat music**
- B. **Ketukan, music, hitungan**

2. **Makanan 4 sehat 5 sempurna merupakan ciri makanan yang ?**

- A. **Berlebihan**
- B. **cukup**



3.alat dibawah ini yang digunakan dalam senam ritmik adalah ?
A.bola B.Raket

4.Roti dan nasi termasuk kelompok makanan ?
A.Karbohidrat B.Lemak

5.Ciri senam ritmik adalah ?
A.senam yang mengikuti irama
B.Senam yang tidak mengikuti irama



6. Nama lain hollahop adalah ?
A.Simpai B.Raket

7. Dalam Gerakan mengayun dan menangkap pada senam ritmik termasuk kelompok gerak ?
A.Lokomotor B.Non lokomotor

8. Keju merupakan kelompok jenis makanan ?
A.Vitamin B.Lemak



9. Dalam melakukan Gerakan mengambang
sebaiknya dilakukan dalam kolam yang ?

A. Dangkal

B. Dalam

10. Dalam melakukan Gerakan mengambang
harus dilakukan secara ?

A. Hati-hati

B. Ceroboh



11. Berapakah jumlah jenis pelampung yang Ananda ketahui ?

A. 5

B. 4

12. Anggota tubuh manakah yang digunakan dalam gerakan meluncur ?

A. Perut

B. Kaki

13. Alat apa yang digunakan Ananda dalam belajar Gerakan mengapung ?

A. Raket

B. Pelampung



14. Sebelum melakukan kegiatan berenang Ananda sebaiknya melakukan kegiatan ?
A.Pemanasan B.Pendiginan

15. Dalam kegiatan renang Ananda harus menggunakan pakaian ?
A.Renang B.Sekolah