



PENILAIAN AKHIR SEMESTER (PAS)
SD NEGERI 236 PALEMBANG
TAHUN PELAJARAN 2023 - 2024

Nama :
Mapel : PJOK
Kelas/Semester : V/Ganjil
Hari / Tanggal :

PETUNJUK :

1. Tulislah Nama dan Kelas pada sudut kanan atas lembar jawaban.
2. Bacalah terlebih dahulu soal-soal hingga benar-benar dimengerti.
3. Dahulukan menjawab soal-soal yang dianggap mudah.
4. Periksa kembali jawabanmu sebelum dikumpul.

Pilihan Ganda

1. Gerakan menendang bola merupakan salah satu contoh gerak
 - a. Manipulatif
 - b. Lokomotor
 - c. Non-lokomotor
 - d. Aktif
2. Dalam permainan bola voli, jika bola servis tidak melewati net, dinyatakan ...
 - a. bola gagal
 - b. poin untuk lawan
 - c. servis diulang
 - d. bola sah
3. Jumlah pemain bola basket dalam satu tim adalah ... Pemain.

a. 4 pemain	c. 6 pemain
b. 5 pemain	d. 7 pemain

4. Jumlah pemain bola voli dalam satu tim adalah ... Pemain.

- | | |
|-------------|-------------|
| a. 4 pemain | c. 6 pemain |
| b. 5 pemain | d. 7 pemain |

Pilihan Ganda Kompleks

5. Kombinasi gerak dasar manipulatif dan lokomotor dalam permainan sepak bola di tunjukkan dengan gerakan
 - Menendang bola dengan kaki bagian dalam
 - Menghentikan bola dengan telapak kaki
 - Menggiring bola dengan punggung kaki
 - Menghentikan bola dengan mengubah arah
6. Gerak dasar dalam permainan sepak bola terdiri dari
 - Menghentikan bola dan melempar bola
 - Menendang bola dan menangkap bola
 - Menggiring bola dan menghentikan bola
 - Menendang bola dan mengumpan bola
7. Kombinasi gerak dasar Nonlokomotor dan Manipulatif dalam permainan bola voli di tunjukkan dengan gerakan
 - Servis bawah dengan gerakan lanjut
 - Passing* bawah ditempat
 - Passing* atas ditempat
 - Servis atas dengan gerakan lanjut

8. Perhatikan gambar gerak dasar bola voli disamping !

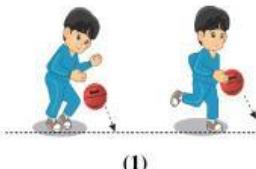
Gerakan yang ditunjukkan oleh gambar 1 dan 2 adalah gerakan

- Passing* atas
- Passing* bawah
- Servis atas
- Servis bawah

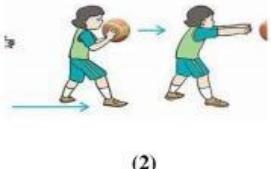


1 2

9. Perhatikan gambar gerak dasar bola basket dibawah ini !



(1)



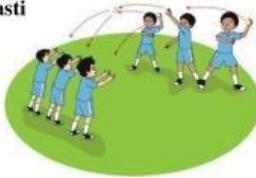
(2)

Gerakan yang ditunjukkan oleh gambar 1 dan 2 adalah gerakan

- shooting
- mendribble bola
- Vipot
- Mengoper bola

10. Perhatikan gambar gerak dasar permainan kasti
Di samping !

Gambar disamping menunjukkan gerakan



- Melempar bola mendatar
- Menangkap bola melambung
- Melempar bola melambung
- Menangkap bola mendatar

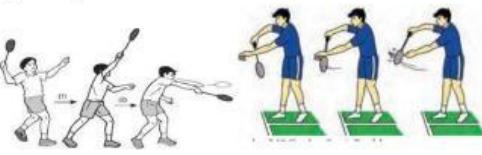
11. Gerak dasar dalam permainan bulu tangkis yaitu

- servis
- smash
- passing
- shooting

12. Perhatikan gambar gerak dasar permainan bulu tangkis dibawah ini !

Gambar 1 dan 2 menunjukkan gerakan

- pukulan forehand
- Pukulan backhand
- servis pendek
- servis panjang



(1)

(2)

13. Kombinasi gerak dasar jalan dan lari ...

- Gerak jalan.
- Gerak lari.
- Memutar.
- Mengayun.

14. Gerak lemparan dalam kombinasi adalah ...

- Lempar tangkap
- Lempar lembing
- Lempar cakram
- Lempar pantul bola

15. Variasi dalam gerak dasar bela diri ...

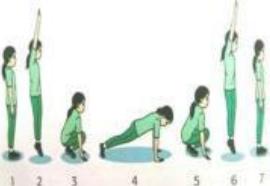
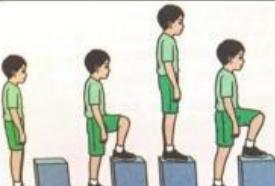
- Variasi langkah
- Variasi gerak
- Melempar
- Memantul

16. Gerak dasar variasi non-lokomotor adalah yaitu ...

- Sikap tegap
- Sikap kuda-kuda
- Sikap pasang
- Serangan kaki

Menjodohkan

17. Pilihlah gambar yang tepat berikut ini!

No	GAMBAR	JAWABAN
1		A. LATIHAN GERAKAN NAIK TURUN BANGKU
2		B. LATIHAN GERAKAN JUMPING JACK
3		C. LATIHAN SQUAT TRUST

18. Pasangkan pernyataan berikut dengan nama gerakan yang sesuai!

- | | |
|-----------|-----------------------|
| Pukulan | <input type="radio"/> |
| Tendangan | <input type="radio"/> |
| Tangkisan | <input type="radio"/> |
| Kuda-kuda | <input type="radio"/> |
| Hindaran | <input type="radio"/> |
| Langkah | <input type="radio"/> |
-
- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| <input checked="" type="radio"/> | Gerak Lokomotor |
| <input type="radio"/> | Gerak Non-Lokomotor |

19. Sikap siap untuk melakukan serangan/tangkisan
Menghindari serangan lawan dalam pencak silat
Serangan fisik menggunakan kaki dalam pencak silat

Tendangan
Kuda-kuda
Elakan

Uraian

20. Jelaskan gambar dibawah ini termasuk gerak kombinasi apa? Dan tujuannya!



LIVEWORKSHEETS

