PENILAIAN AKHIR SEMESTER (PAS)
SD NEGERI 236PALEMBANG
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**

LIVEWORKSHEETS

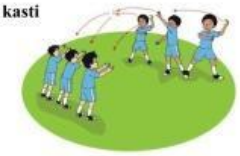
9. Perhatikan gambar gerak dasar bola basket dibawah ini !

(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 disampingmenunjukkan 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 dalan kombinasi adalah ...

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

15. Variasi dalam gerak dasar bela diri ...

- ☐ Variasi langkah
- ☐ Variasi gerak
- ☐ Melempar
- ☐ Memantul

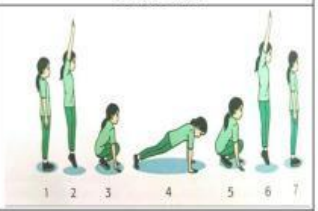
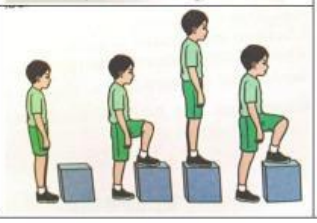
16. Gerak dasar variasi non-lokomotor adalah yaitu ...

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

LIVEWORKSHEETS

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

LIVEWORKSHEETS

18. Pasangkan pernyataan berikut dengan nama gerakan yang sesuai!

Pukulan		
Tendangan		Gerak Lokomotor
Tangkisan		
Kuda-kuda		
Hindaran		Gerak Non-Lokomotor
Langkah		

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

Tendangan
Kuda-kuda
Elakan

LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS