



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

---

**Nama** : \_\_\_\_\_

**Mapel** : PJOK

**Kelas/Semester** : V/GENAP

**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. Gerakan membawa bola yang dilakukan dengan menggunakan kaki untuk menuju daerah tim lawan disebut ....
  - a. Menendang bola
  - b. Menghentikan bola
  - c. Menggiring bola
  - d. Mengumpam bola
5. Gerakan melempar dan menangkap bola secara berpasangan di tempat dalam permainan bola basket merupakan gerak dasar ....
  - a. non-lokomotor dan lokomotor
  - b. lokomotor dan manipulatif
  - c. non-lokomotor dan manipulatif
  - d. Lokomotor
6. Permainan kasti menggunakan alat pemukul yang terbuat dari ....
  - a. Besi
  - b. Karet
  - c. Bambu
  - d. Kayu

#### Pilihan Ganda Komplek

7. Kombinasi gerak dasar manipulatif dan lokomotor dalam permainan sepakbola ditunjukkan dengan gerakan ....
  - Menendang bola dengan kaki bagian dalam
  - Menghentikan bola dengan telapak kaki
  - Menggiring bola dengan punggung kaki
  - Menghentikan bola dengan mengubah arah

8. 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

9. 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

10. Gerak dasar dalam permainan bulu tangkis yaitu ....

- servis
- smash*
- passing*
- shooting*

11. Kombinasi gerak dasar jalan dan lari ...

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

12. Gerak lemparan dalam kombinasi adalah ...

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

13. Variasi dalam gerak dasar bela diri ...

- Variasi langkah
- Variasi gerak
- Melempar
- Memantul

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

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

15. Bentuk dari daya tahan yaitu ...

- Joging.
- Lompat tali.
- Fartlek.
- Lari jarak jauh.

16. Variasi dan kombinasi gerak dasar manipulatif dan lokomotor dalam permainan sepak bola di tunjukkan dengan gerakan ....

- Berlari Mengejar bola
- Berlari menendang bola kearah gawang
- Menggiring bola dengan kaki bagian dalam dan melakukan passing
- Menghentikan bola dengan mengubah arah

17. Gerak dasar dalam permainan sepak bola yaitu ....

- Menghentikan bola dan melempar bola
- Menendang bola dan menangkap bola
- Menggiring bola dan menghentikan bola
- Menendang bola dan mengumpan bola

18. Bentuk serangan dalam permainan bola voli dapat dilihat pada gerakan....

- Servisatas
- Passing* bawah
- Smash*
- Blocking*

19. Contoh permainan bola kecil diantaranya adalah ....

- Kasti dan bulu tangkis
- Takraw dan bola basket
- Rounders dan tenis meja
- Bola voli dan sepak bola

20. Gerak dasar permainan kasti adalah....

- Melempar dan menangkap bola
- Menggiring bola
- Memukul bola
- Menghentikan bola

21. Variasi dan kombinasi gerak dasar dalam permainan sepak bola ialah ...

- Variasi dan kombinasi berjalan.
- Variasi dan kombiasi lompat.
- Variasi dan kombinasi berlari.
- Variasi dan kombinasi menendang dan melempar bola

22. Variasi dan kombianasi gerak dasar lokomotor dalam pencak silat ialah ...

- Variasi gerak langkah kaki dan kombiansi pukulan
- Vaiasi gerak langkah kaki kombiansi tendangan
- Variais dan kombinasi lompat dan tendangan
- Variasi dan kombinasi lakah dan hindaran

23. Variasi dari sikap kuda-kuada yaitu ...

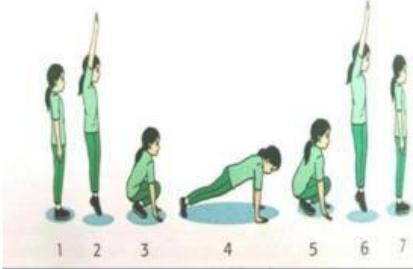
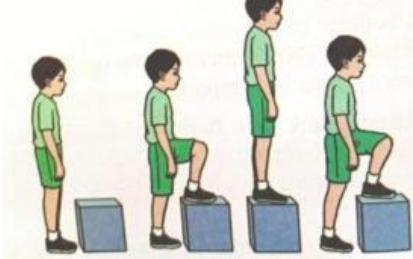
- Kuda-kuda depan
- Kuda-kuda belakang
- Kuda-kuda samping
- Kuda-kuda tengah

24. Hal yang hendaknya dilakukan agar dapat melakukan lompatan yang tinggi, pada saat melakukan kombinasi gerak dasar melopat adalah ...

- Kekuatan konsentrasi.
- Kondisi tubuh yang sehat.
- Ancang-ancang.
- Gizi yang seimbang

#### Menjodohkan

25. 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

26. Pilihlah gambar yang tepat dengan jawaban di samping



1



2



3



4

1. Judo

2. Karate

3. Pencak Silat

4. Kungfu

27. Perhatikan gambar dibawah ini , mana yang termasuk kedalam gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif.

No	Gambar	Jawaban (gerak dasar)
1	 Gambar 1.15. Variasi mengiringi bola dalam permainan sepak bola. Sumber: Dokumen Penulis <b>Mengiringi Bola</b>	<input type="radio"/> <input type="radio"/>
2	 Gambar 4.4. Langkah geseran pada pencak silat. Sumber: Dokumen Penulis	<input type="radio"/> <input type="radio"/>
3	 Gambar 4.11. Pukulan dalam pencak silat. Sumber: Dokumen Penulis	<input type="radio"/> <input type="radio"/>

28. Pilihlah gambar yang tepat dibawah ini!

