

**SUMATIF AKHIR SEMESTER (SAS) SEMESTER GANJIL****MI HIDAYATUL MUBTAQIN DEMPEL****TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

Mata Pelajaran : PJOK	Hari / Tanggal :
Kelas : II (DUA)	Waktu :

**A. Isilah jawaban yang benar dengan huruf A, B, C atau D pada kotak jawab yang tersedia!**

1. Gerak melompat ke arah kanan/kiri disebut ...
  - a. Lompat ke depan
  - b. lompat ke samping
  - c. lompat ke belakang
2. Posisi tangan saat berjalan ke samping adalah ...
  - a. Lurus ke depan
  - b. di samping badan
  - c. di depan dada
3. Melompat merupakan gerak dasar ...
  - a. Lokomotor
  - b. nonlokomotor
  - c. manipulative
4. Contoh gerak dasar nonlokomotor adalah ...
  - a. Lari
  - b. jongkok
  - c. jalan
5. Gerak dasar tanpa berpindah tempat disebut ...
  - a. Lokomotor
  - b. nonlokomotor
  - c. manipulative
6. Perhatikan pernyataan berikut!
  - (1) Memutar
  - (2) Meliuk
  - (3) Mengayun
  - (4) Melempar
 Berdasarkan pernyataan di atas, yang termasuk gerak dasar nonlokomotor ditunjukkan oleh nomor ...
  - a. (1), (2), dan (3)
  - b. (1) dan (3)
  - c. (2) dan (4)
7. Gerak nonlokomotor dilakukan agar otot lebih ...
  - a. Kertas
  - b. kencang
  - c. lentur
8. Contoh gerak tidak berpindah tempat adalah ...
  - a. Memutar
  - b. jalan
  - c. lari
9. Udin menangkap bola darat. Bola yang ditangkap Udin datang dari ...
  - a. Bawah
  - b. depan dada
  - c. atas
10. Menangkap bola digunakan untuk menangkap bola hasil ...

- a. Lemparan      b. tangkapan      c. pegangan  
 11. Menahan bola bertujuan untuk ... bola.  
 a. Menendang      b. menghentikan      c. melambungkan  
 12. Gerakan memainkan benda disebut gerak ...  
 a. Lokomotor      b. manipulative      c. nonlokomotor  
 13. Berikut yang termasuk garak manipulative adalah ...  
 a. Menekuk lutut  
 b. Memutar tangan  
 c. Melempar dan menangkap bola  
 14. Pada permainan lempar tangkap bola beregu, kelompok yang menjatuhkan bola dianggap ...  
 a. Pemenang      b. kalah      c. imbang  
 15. Saat melakukan lompat kangkang kedua tangan ...  
 a. Diangkat      b. menumpu      c. ditekuk  
 16. Senam ketangkasan berguna untuk melatih ...  
 a. Ketrampilan kepala  
 b. Kekuatan gerak kaki  
 c. Kelincahan tangan  
 17. Pada saat berguling sikap tubuh ...  
 a. Membulat      b. tegak      c. berdiri  
 18. Pada saat melakukan Gerakan melompat tinggi alat bantu yang digunakan adalah papan ...  
 a. Catur      b. lompat      c. tulis  
 19. Posisi badan saat lompat katak menyerupai ...  
 a. Katak      b. sapi      c. kucing  
 20. Lompat peti dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu lain seperti ...  
 a. Matras      b. kabel      c. kardus  
 21. Pandangan saat berjalan adalah ...  
 a. Kesamping      b. ke depan      c. ke bawah  
 22. Posisi badan saat berjalan adalah ...  
 a. Berdiri tegak      b. membungkuk      c. mendongak  
 23. Gerakan menekuk, mengayun, dan memutar termasuk gerak ...  
 a. Lokomotor      b. dasar      c. nonlokomotor  
 24. Saat melakukan gerak putaran sebaiknya dilakukan di atas ...  
 a. Lantai      b. matras      c. meja  
 25. Perhatikan gambar berikut !



pada gambar tersebut gerak yang dilakukan adalah...

- a. Berjalan              b. berlari              c. melompat
26. Gerak memutar badan dilakukan untuk melatih otot ...  
a. Tungkai              b. pinggang              c. leher
27. Perhatikan gambar berikut!



gambar di samping memperagakan Gerakan membungkuk sambal ...

- a. Duduk              b. berdiri              c. tidur
28. Gerak dasar yang dilakukan dengan posisi bergerak/ berpindah tempat disebut gerak dasar ...  
a. Lokomotor              b. nonlokomotot              c. manipulative
29. Gerak di tempat disebut juga ...  
a. Lokomotor              b. nonlokomotor              c. berpasangan
30. Pada saat latihan lompat tali Gerakan melompat dilakukan Ketika tali berada di ...  
a. Bawah              b. atas              c. tangan
31. Pada latian lompat ke matras, pada saat mendarat menggunakan ...  
a. Kaki kanan              b. dua kaki              c. kaki kiri
32. Lomba menggendong selain bermanfaat untuk kekuatan otot punggung juga untuk kekuatan ...  
a. Kaki              b. perut              c. lengan
33. Istilah lain menhan bola adalah ...  
a. Mendrible              b. menghentikan              c. memvoli
34. Saat menangkap bola jari-jari tangan...  
a. Dibuka              b. ditutup              c. mengepal
35. Lari cepat dilakukan dengan ...  
a. Pelan              b. cepat              c. sedang