



PEMERINTAH DAERAH PROVINSI JAWA BARAT
DINAS PENDIDIKAN
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH X
SLB NEGERI BUDI UTAMA

Jl. Melati Kesambi Baru Telp. (0231)200307 Kota Cirebon
Email : slbn_007jabar@yahoo.com

UJIAN SEKOLAH (US)

LEMBAR SOAL	
Mata Pelajaran : PJOK	Nama :
Jenjang Pendidikan : SDLB/ C1	No. Peserta :
Waktu :	

Petunjuk :

1. Berdo'alah sebelum mengerjakan soal-soal.
2. Tulislah Nomor Ujian pada lembar jawaban di sudut kanan atas.
3. Kerjakanlah dengan teliti dan tenang.
4. Kerjakanlah terlebih dahulu soal-soal yang dianggap mudah.
5. Periksa kembali lembar jawaban sebelum diserahkan kepada pengawas.

I. Berilah tandasilang (x) padahuruf a, b, c, dan d pada jawaban yang paling benar!

1. Nomor lari jarak pendek menempuh jarak antara . . . meter.
 - a. 50 – 100
 - b. 10 – 100
 - c. 150 – 200
 - d. 250 – 300
2. Piala Thomas Cup diperebutkan untuk beregu . . .
 - a. Putri
 - b. Putra-putri
 - c. Putra
 - d. Campuran
3. PRSI adalah induk cabang olahraga . . .
 - a. Silat
 - b. Rounders
 - c. Renang
 - d. Basket
4. Jumlah pemain basket dalam satu regu terdiri dari . . . orang.
 - a. 4
 - b. 5
 - c. 6
 - d. 7

5. Buanglah sampah pada . . .
 - a. tempatnya
 - b. sembarang tempat
 - c. kolong meja
 - d. halaman
6. Latihan tri lomba adalah tiga nomor perlombaan yang terdiri dari . . .
 - a. lari, lompat, lempar
 - b. angkat beban, lompat, tolak
 - c. push up, sit up, pull up
 - d. loncat indah, push up, sit up
7. Tempat berkemah sebaiknya di tempat yang . . .
 - a. berbahaya
 - b. aman
 - c. kumuh
 - d. gersang
8. Jumlah pemain rounders dalam satu regu terdiri dari . . . orang.
 - a. 10
 - b. 11
 - c. 12
 - d. 13
9. Gerakan kaki gaya bebas adalah . . .
 - a. atas bawah
 - b. turun naik
 - c. kanan kiri
 - d. bergantian
10. Latihan beban sangat baik terhadap . . .
 - a. daya tahan
 - b. kelenturan
 - c. kekuatan
 - d. keindahan
11. Satu regu pelari estafet terdiri dari . . . orang.
 - a. satu
 - b. dua
 - c. tiga
 - d. empat
12. Permainan gobak sodor dimainkan oleh . . .
 - a. satu regu
 - b. dua regu
 - c. tiga regu
 - d. empat regu
13. Permulaan permainan bulu tangkis diawali dengan . . .
 - a. servis
 - b. smash
 - c. backhand
 - d. forhand
14. Air yang sehat adalah air yang . . .
 - a. bening
 - b. dari ledeng
 - c. telah dimasak
 - d. jernih
15. Jumlah pemain bola voli dalam satu regu terdiri dari . . . orang.

24.



Gambar di atas menunjukkan cabang olahraga atletik, yaitu . . .

- a. lari sprint
- b. lari gawang
- c. loncat jauh
- d. loncat tinggi

25. Jumlah pemain sepak bola dalam satu regu terdiri dari . . . orang.

- a. 8
- b. 9
- c. 10
- d. 11

26. Berjalan pada papan titian merupakan latihan . . .

- a. keseimbangan
- b. kekuatan
- c. ketangkasan
- d. kelenturan

27.



Gambar di atas menunjukkan menjaga kebersihan lingkungan . . .

- a. sekolah
- b. kelas
- c. rumah
- d. masyarakat

28. Nama lain dari cabang olahraga tenis meja adalah . . .

- a. golf
- b. bilyar
- c. pingpong
- d. bowling

29. Gerakan kaki dan tangan gaya dada adalah . . .

- a. atas bawah
- b. bersamaan
- c. kanan kiri
- d. bergantian

30. Gambar di bawah menunjukkan olahraga tradisional, yaitu . . .

- a. gobak sodor
- b. petak umpet
- c. kolom panjang
- d. Engrang

