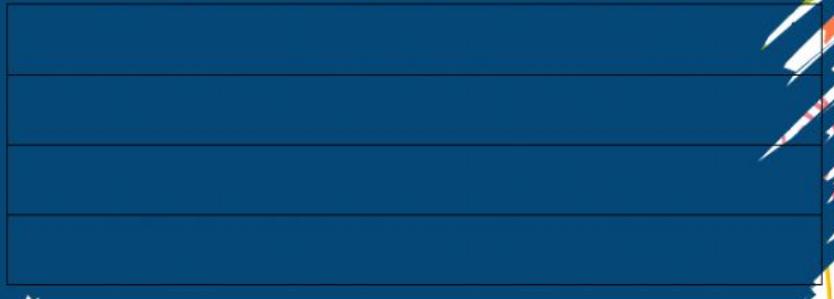


**Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan
SD SAQU Mutiara Bandung**

KISI-KISI UAS SEMESTER GANJIL
PJOK KELAS 1



**Simak Rangkuman
video pembelajaran berikut :**





**Mari kerjakan Latihan soal
di bawah ini ya ☺**



1. Berguling kanan dan kiri termasuk kelompok gerak?

A. Lokomotor

B. Non lokomotor

2. Senam lantai biasa dilakukan di atas

A. Rumput
B. Matras

3.Sikap akhir dalam Gerakan berguling kedepan adalah ?

- A.Berdiri B.Jongkok pegang lutut

4.Berguling kedepan disebut dengan?

- A.Roll depan B.Roll belakang

5.Roll depan adalah Gerakan mendorong badan ke arah?

- A.Depan
B. Belakang

6. Alat bantu yang digunakan pada mata saat berenang disebut ?

- A.Bola B.Kaca mata renang

7.Saat masuk kedalam kolam renang

Ananda masuk secara ?

- A.Perlahan B.cepat-cepat

8.Pelampung digunakan Ananda dalam kegiatan ?

- A.Lari B.Renang



9. Dalam melakukan Gerakan berdiri diair sebaiknya dilakukan didalam kolam yang ?

- A.Dangkal
- B.Dalam

10. Dalam melakukan Gerakan berdiri ditepi kolam harus dilakukan secara ?

- A.Hati-hati
- B.Ceroboh

11.dibawah ini alat yang digunakan dalam kegiatan berenang adalah ?

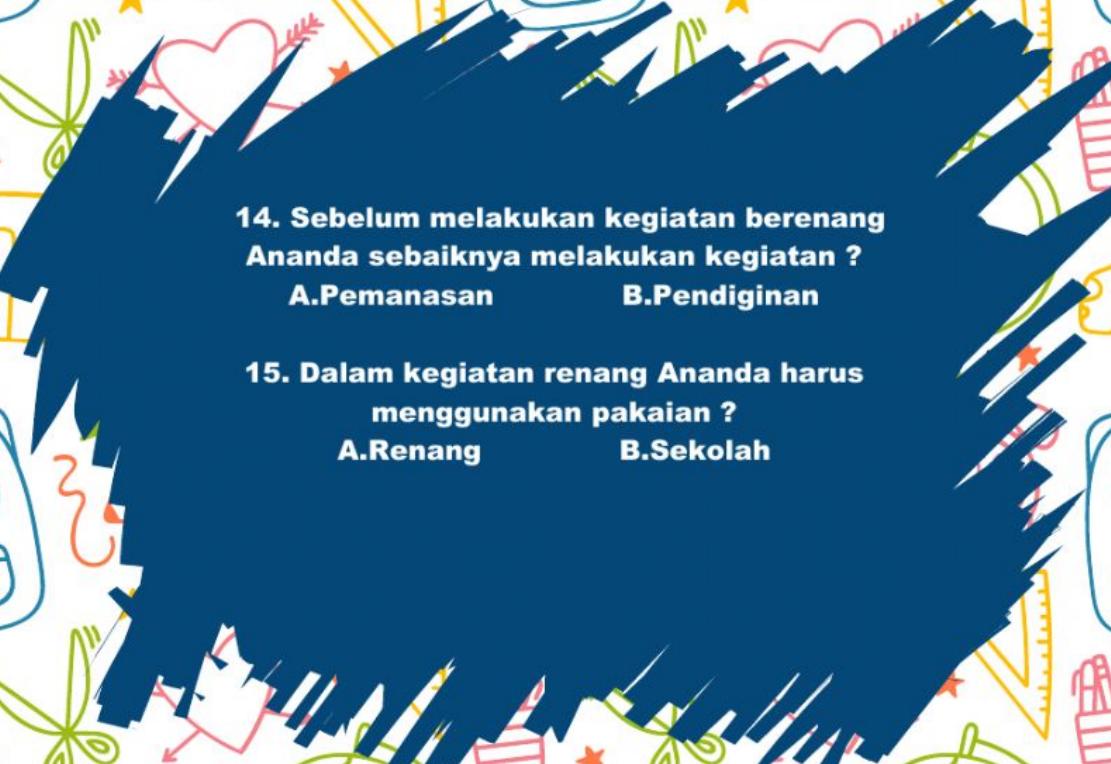
- A. Raket B. Pelampung

12.Ban dan pelampung adalah alat bantu Ananda untuk aktivitas ?

- A.Lari B.Renang

13.Saat dikolam renang kita perlu menjaga kebersihan supaya tetap merasa ?

- A.Sakit B.Nyaman



**14. Sebelum melakukan kegiatan berenang
Ananda sebaiknya melakukan kegiatan ?**

- A.Pemanasan B.Pendiginan

**15. Dalam kegiatan renang Ananda harus
menggunakan pakaian ?**

- A.Renang B.Sekolah