PEMERINTAH KABUPATEN SINJAI
DINAS PENDIDIKAN
KKG PJOK KEC. SINJAI BARAT
Sekertariat: SDN 87 Manipi Kec. Sinjai Barat Kab. Sinjai Kode Pos 92653

PENILAIAN TENGAH SEMESTER I
TAHUN PELAJARAN 2022-2023

Mata pelajaran : Penjaskes ***Nama : .....***
Kelas : V (Lima)
Waktu : 90 Menit

I. PILIHAN GANDA

Untuk soal nomor 1-2, pilihlah salah satu jawaban yang paling benar

1. Perhatikangambarberikut!

Gerakanmenghentikan bola dengancarasepertitampakpadagambarbertujuan . . . .

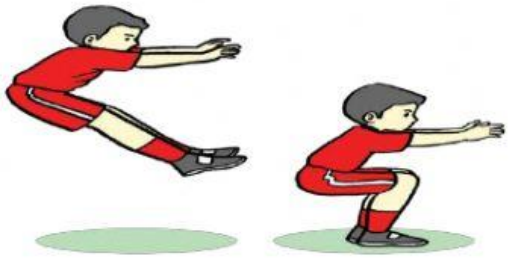
a. mengontrol bola yang melambung di udara

b. menjaga bola agar tetapdalampenguasaan

c. menahan bola denganmeredamkecepatannya

d. menyeimbangkanbadansaatmenggiring bola

2. Perhatikangambar di samping!



Posisi kaki saatpendaratanpadagambarialah . . . .

a. diluruskan

b. dibuka

c. ditekukkedepan

d. ditekukkebelakang

II. PILIHAN GANDA KOMPLEKS

Untuk soal nomor 3-4, pilih dan berilah tanda centang (√)pada setiap pernyataan yang benar ! (jawaban lebih dari satu)

LIVEWORKSHEETS

3. Bacalah dengan seksama paragraph di bawah ini!

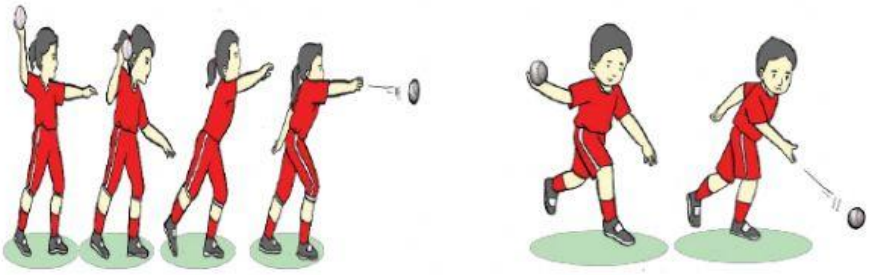
Bola voli merupakan permainan beregu yang mengutamakan kerja sama tim. Setiap pemain bola voli dituntut memiliki keterampilan dan menguasai gerak dasar permainan bola voli. Salah satu gerak dasar yang harus dikuasai pemain bola voli ialah mengoper bola (passing). Gerak passing dapat dilakukan tanpa berpindah tempat. Gerak passing tanpa berpindah tempat dilakukan dengan mengombinasikan gerak non lokomotor dan manipulatif. Gerak passing juga dapat dilakukan dengan berpindah tempat.

Gambardiatasmerupakangerakan....

- [ ] Gerakan passing atas
- [ ] Gerakan smash
- [ ] Gerakan passing bawah

4. Perhatikan paragraph di bawah ini!

Dalam permainan kasti, melempar bola merupakan gerak dasar yang harus dikuasai. Melempar bola mengombinasikan gerak nonlokomotor dan manipulatif. Gerak dasar melempar bola terdiri atas tiga jenis yaitu melempar bola mendatar, melempar bola melambung, dan melempar bola menyusur tanah.



Gambardiatasmerupakangerakanmelempar bola....

- [ ] melambung
- [ ] menyusurtanah
- [ ] datar

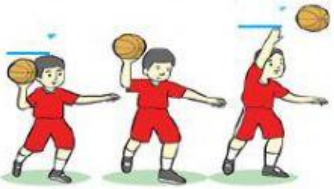
III. MENJODOHKAN

Untuk soal nomor 5-6, pasangkanlah pernyataan di lajur kiri dengan keterangan yang tepat dilajur kanan !

5. Pasangkan dengan cara menarik garis lurus tentang pernyataan di sebelah kanan dan gambar di sebelah kiri tentang permainan bola besar berdasarkan gambar di bawah !

LIVEWORKSHEETS

Menangkap bola

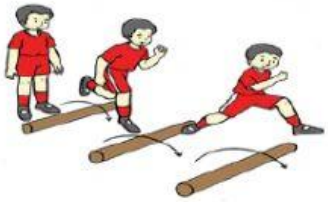


Memantulkan bola kelantai

Melambungkan bola

6. Pasangkan dengan cara menarik garis lurus tentang pernyataan di sebelah kanan dan gambar di sebelah kiri tentang permainan bola besar berdasarkan gambar di bawah !

kombinasi lari dan lompat



kombinasi jalan, lari dan lompat

kombinasi jalan dan lari

IV. ISIAN

Untuk nomor 7-8 Isilah titik-titik di bawah ini dengan kata yang tepat!

7. Bacalah dan simak teks berikut ini!

   Menendang bola merupakan salah satu cirri permainan sepak bola yang paling dominan. Tujuan utama menendang bola adalah untuk mengumpan (passing) dan menembak ke arah gawang.

   Tujuanutamamenendang bola adalah ....

8. Bacalahdansimakteksberikutini!

   Berjalan, berlari, Melompat, dan melempar merupakan kegiatan yang sering dilakukan dalam kegiatan olahraga atletik. Olahraga atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga. Disebut demikian karena hamper semua cabang olahraga bersumber dari gerakan-gerakan atletik.

LIVEWORKSHEETS

Induk dari semua cabang olahraga adalah . . . .

V. URAIAN/ESSAI

Untuk nomor 10-11 Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan jawabn yang benar!

9. Perhatikanteksdibawahini !

Bola voli merupakan permainan beregu yang mengutamakan kerja sama tim. Setiap pemain bola voli dituntut memiliki keterampilan dan menguasai gerak dasar permainan bola voli. Salah satu gerak dasar yang harus dikuasai pemain bola voli ialah mengoper bola (passing). Gerak passing dapat dilakukantanpa berpindah tempat. Gerak passing tanpa berpindah tempat dilakukan dengan mengombinasikan gerak non lokomotor dan manipulatif. Gerak passing juga dapat dilakukan dengan berpindah tempat.

Berdasarkan teks di atas, tuliskan yang kamu pahami tentang permainan bola voli!

10. Perhatikanteksdibawahini !

Gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar merupakan gerakan dasar dalam olahraga atletik. Cabang olah raga atletik terdiri atas jalan (jalan cepat), lari (lari jarak pendek, jarak menengah, dan jarak jauh), lompat (lompat tinggi, lompat jauh, dan lompat galah), serta lempar (tolak peluru, lempar lembing, dan lontar martil). Pada pelajaran ini, kamudin ajak mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar pada lompat jauh dan lempar roket. Melalui pembelajaran ini, kamudian harapkan menguasai gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar pada kedua olahraga tersebut.

Berdasarkan teks di atas, tuliskan cabang olahraga atletik!

LIVEWORKSHEETS