



PENILAIAN TENGAH SEMESTER GANJIL
SEKOLAH DASAR NEGERI PULO LOR 1
KECAMATAN JOMBANG KABUPATEN JOMBANG
TAHUN PELAJARAN 2022 / 2023

MAPEL : PJOK	KELAS : V (Lima)	NILAI :
HARI / TGL : SENIN / 3 OKTOBER 2022	NAMA :	TTD ORG. TUA
WAKTU : 60 Menit	NOMOR :

I. Pilihlah pada (a,b,c, dan d) Berikan tanda silang (x) pada jawaban yang tepat!

1. Berikut ini adalah permainan olahraga bola kecil
A. Kasti B. Sepak bola C. Bola voli D. Bola basket
2. Bola basket termasuk permainan bola
A. Kecil B. Besar C. Sedang D. Pukul
3. Diantara ini adalah permainan bola kecil
A. Bola kasti dan tenis meja C. Bola kasti dan bola voli
B. Bola basket dan bola voli D. Bola Basket dan tenis meja
4. Menendang bola adalah teknik dasar permainan
A. Sepak bola B. Bola basket C. Softball D. Bola voli
5. Berikut ini termasuk teknik dasar permainan sepak bola yaitu
A. Memukul B. Melempar C. Menendang D. Memantulkan
6. Jalan, lari, lompat, dan lempar termasuk cabang
A. Olahraga B. Latihan C. Belajar D. Bermain
7. Melempar dilakukan dengan
A. Tangan B. Kaki C. Kepala D. Lutut
8. Gerakan awalan pada lempar roket adalah jalan dan
A. Lompat B. Mendarat C. Lempar D. Lari
9. Gerakan akhir pada lompat jauh adalah lari dan
A. Lompat B. Lari C. Lempar D. Mendarat
10. Gerakan awal lompat jauh adalah ... dan lari
A. Lempar B. Jalan C. Lompat D. Lari
11. Yang dimaksud dengan kombinasi adalah
A. Gabungan B. Olahraga C. Perpisahan D. Latihan
12. Contoh olahraga atletik adalah
A. Renang B. Lompat jauh C. Angkat besi D. Senam
13. Contoh olahraga atletik pada lempar roket, kecuali
A. Lempar lembing C. Lempar cakram
B. Lompat tinggi D. Tolak peluru
14. Kombinasi gerakan dasar lari dan lempar adalah gerakan ... pada lempar roket.
A. Tengah B. Akhir C. Tiba-tiba D. Awalan
15. Yang harus diperhatikan saat melompat adalah
A. Jalan B. Lari C. Lempar D. Sikap melayang
16. Jumlah satu regu dalam permainan rounders adalah ...
A. 5 orang B. 12 orang C. 6 orang D. 11 orang
17. Lemparan yang digunakan agar bola melesat cepat adalah lemparan ...
A. Mendatar B. Melambung C. Bawah D. Menyusur
18. Rounders adalah cabang permainan olahraga yang bersifat ...
A. Sangat sulit B. Membahayakan C. Menyenangkan D. Lucu
19. Pada saat melempar bola posisi kaki ...
A. Melangkah ke depan
B. Membuka lebar
C. Menyamping ke belakang
D. Menutup rapat
20. Gerakan dasar untuk mengenai anggota dari regu pemukul berupa ...
A. Menangkap bola
B. Melambungkan bola
C. Memukul bola
D. Melempar bola