



PENILAIAN AKHIR SEMESTER GANJIL
MI ISLAMIYAH KEDUNGJAMBU
JAMBANGAN PARON NGAWI
TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Nama :

Kelas : VI (enam)

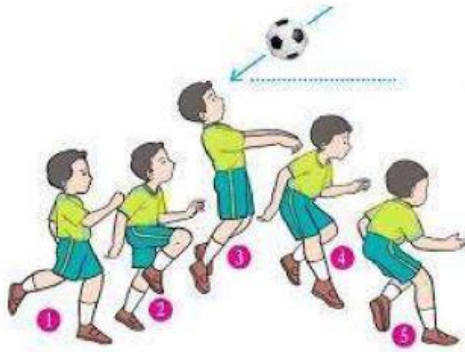
Hari/Tanggal : Jum'at, 06 Oktober 2023

Mata Pelajaran : PJOK

I. Berilah tanda silang (X) pada huruf a, b, c, atau d di depan jawaban yang benar!

1. Melompat termasuk gerak
 - a. lokomotor
 - b. nonlokomotor
 - c. manipulatif
 - d. nonmanipulatif
2. Contoh gerak dasar nonlokomotor adalah
 - a. Melompat ban
 - b. Mengayun lengan
 - c. Lari melewati boks
 - d. berjalan
3. Gerak lokomotor mengandalkan
 - a. punggung
 - b. kaki
 - c. lengan
 - e. bahu
4. Gerak non lokomotor yang tidak dijumpai pada permainan bola basket adalah
 - a. berguling
 - b. berjalan
 - c. berlari
 - d. melompat
5. Mengayun tangan termasuk gerak dasar
 - a. lokomotor

- b. nonlokomotor
 - c. manipulatif
 - d. semilokomotor
6. Gerak dasar yang tidak ditemukan dalam permainan sepak bola ialah
- a. memukul bola
 - b. menendang bola
 - c. menahan bola
 - d. menyundul bola
7. Berikut yang bukan merupakan permainan bola besar ialah
- a. bola voli
 - b. bola basket
 - c. sepak bola
 - d. tenis meja
8. Gerak manipulatif pada gerakan servis atas ialah
- a. menangkap bola
 - b. menahan bola
 - c. memukul bola
 - d. melompat
9. Berjalan cepat dan melompat dengan memukul bola dalam servis atas terdapat dalam variasi gerak untuk permainan
- a. bola voli
 - b. bola basket
 - c. sepak bola
 - d. bola tangan



10. Pernyataan yang benar berdasarkan gambar tersebut adalah

....

- dalam gerakan tersebut terdapat kombinasi gerak lokomotor berjalan dan manipulative menahan bola
- dalam gerakan tersebut terdapat kombinasi gerak lokomotor melompat dan manipulatif menyundul bola
- dalam gerakan tersebut terdapat kombinasi gerak nonlokomotor mengayun lengan dan manipulative menghentikan bola
- dalam gerakan tersebut terdapat kombinasi gerak lokomotor berjalan dan nonlokomotor mengayun lengan

11. Perkenaan bola dengan tangan untuk passing bawah adalah pada

- kepala tangan
- pergelangan tangan
- lengan bagian pangkal
- lengan antara siku dan pergelangan

12. Permainan bola voli terdiri atas ...

- satu
- dua
- tiga
- empat

13. Berikut bukan gerak dasardalam permainan bola voli, yaitu,

- servis
- passing
- blocking
- menangkap bola



14. Gerakan tersebut termasuk gerak dasar dalam olahraga
- bola tangan
 - bola voli
 - bola basket
 - bola kasti
15. Gerak nonlokomotor saat melakukan gerak spesifik passing bawah ialah
- memukul bola
 - melompat
 - menekuk lutut
 - berjalan
16. Ubay dan teman-temannya sedang bermain bola besar. Ubay berlari beberapa meter, kemudian menembak bola ke ring sambil melompat. Pernyataan yang tepat berdasarkan ilustrasi tersebut ialah
- dalam aktivitas yang dilakukan Ubay tidak terdapat gerak manipulatif
 - dalam aktivitas yang dilakukan Ubay tidak terdapat gerak lokomotor
 - dalam aktivitas yang dilakukan Ubay terdapat kombinasi gerak lokomotor dan manipulatif
 - Ubay dan teman-temannya sedang bermain voli
17. Kombinasi gerak nonlokomotor dan manipulatif dalam permainan bola basket banyak melibatkan
- kaki
 - kepala
 - tangan
 - bahu

18. Gerak menangkap, kemudian melempar bola ke sasaran termasuk kombinasi gerak dasar

- a. lokomotor
- b. nonlokomotor
- c. manipulatif
- d. nonmanipulatif

19. Gerak lokomotor yang terdapat pada gerakan rebound adalah

- a. melompat
- b. meluruskan lengan
- c. menangkap bola
- d. meliukkan badan

20. Gerak nonlokomotor yang terdapat pada gerakan rebound adalah

- a. melompat
- b. meluruskan lengan
- c. menangkap bola
- d. mengayun lengan

21. Berikut yang bukan termasuk permainan bola kecil ialah

- a. bulu tangkis
- b. kasti
- c. rounders
- d. sepak bola

22. Alat untuk bermain kasti adalah

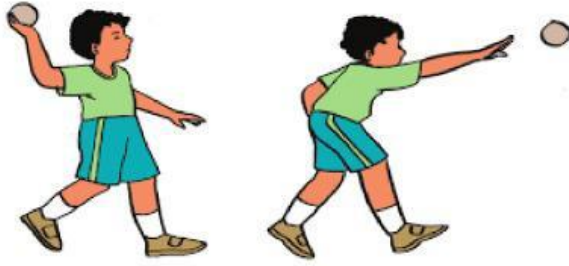
- a. tongkat pemukul
- b. bola sepak
- c. raket
- d. bet

23. Gerak dasar yang tidak terdapat dalam permainan kasti adalah

- a. melempar bola
- b. berlari
- c. memukul bola
- d. menendang

24. Jongkok termasuk gerak

- a. nonlokomotor
 - b. lokomotor
 - c. manipulatif
 - d. dasar
25. Tangan yang digunakan untuk memegang alat pemukul saat melakukan latihan memukul bola dilanjutkan dengan berlari adalah
- a. tangan kiri
 - b. tangan kanan
 - c. kedua tangan
 - d. tangan terkuat
26. Berikut yang tidak termasuk gerak manipulatif dalam permainan bola kecil adalah
- a. melempar
 - b. menendang
 - c. menangkap
 - d. memukul
27. Gerak nonlokomotor saat menangkap bola mendarat ialah
- a. menangkap bola
 - b. berjalan
 - c. meluruskan lengan
 - d. jongkok
28. Saat berjalan maju dan mundur dengan menangkap bola, kedua lengan diluruskan ke
- a. atas setinggi kepala
 - b. depan setinggi bahu
 - c. bawah setinggi lutut
 - d. bawah setinggi pinggang
29. Saat melempar bola mendarat, ayunan lengan harus sejajar dengan
- a. kepala
 - b. bahu
 - c. pinggang
 - d. perut



30.

Kombinasi gerak dasar yang terdapat pada

gerakan tersebut ialah

- a. mengayun lengan dan melempar bola
 - b. meliukkan badandan mengayun lengan
 - c. mengayun lengan dan berlari
 - d. melempar bola dan berlari
31. Berlari menuju tiang hinggap dalam permainan kasti termasuk gerak
- a. diam di tempat
 - b. lokomotor
 - c. nonlokomotor
 - d. manipulatif
32. Posisi lengan saat menangkap bola mendarat adalah
- a. ditekuk di depan dada
 - b. diluruskan di samping badan
 - c. diluruskan ke bawah
 - d. diluruskan ke depan setinggi bahu
33. Memukul bola melambung dalam permainan rounders termasuk gerak
- a. diam di tempat
 - b. lokomotor
 - c. nonlokomotor
 - d. manipulatif
34. Posisi badan saat melempar bola mendarat adalah
- a. telungkup
 - b. duduk
 - c. tegak
 - d. membungkuk

35. Dalam pertandingan rounders, Roihan berperan sebagai catcher. Pernyataan yang benar tentang kemampuan yang harus dimiliki Roihan adalah
- a. harus menguasai gerak melempar bola dengan baik
 - b. harus menguasai gerak menangkap bola dengan baik
 - c. harus dapat berlari cepat
 - d. harus menguasai gerak memukul bola dengan baik
36. Penjaga base V dalam permainan rounders disebut
- a. catcher
 - b. pitcher
 - c. first base
 - d. second base
37. Posisi badan saat menangkap bola kasti menyusur tanah adalah
- a. tegak
 - b. jongkok
 - c. telungkup
 - d. duduk
38. Posisi lengan saat menangkap bola mendatar ialah
- a. diluruskan ke depan setinggi bahu
 - b. ditekuk di depan dada
 - c. diluruskan di samping badan
 - d. diluruskan ke bawah
39. Dalam permainan rounders, pukulan home run mendapatkan nilai
- a. 3
 - b. 4
 - c. 5
 - d. 6
40. Pemain mendapatkan nilai apabila dapat kembali ke ruang bebas tanpa dapat dimatikan oleh regu penjaga dan ia mendapatkan nilai
- a. 3
 - b. 4
 - c. 5

d. 6