



UJIAN SEMESTER GANJIL

**Mata Pelajaran: PJOK**

**A. Pilihan Ganda Biasa**

**Bacalah teks berikut ini untuk menjawab pertanyaan nomor 1 sampai nomor 4!**

Di sebuah lapangan sepak bola, siswa kelas 6 sedang berlatih mengoper dan menggiring bola. Pelatih mengingatkan bahwa saat menggiring bola, pemain harus menjaga pandangan ke depan agar bisa melihat pergerakan teman dan lawan. Selain itu, pelatih juga menekankan pentingnya kerja sama tim saat bertanding. Setiap pemain harus tahu posisi masing-masing dan tidak bermain sendiri. Dengan kerja sama yang baik, tim dapat lebih mudah mencetak gol.

1. Apa tujuan pemain menjaga pandangan ke depan saat menggiring bola?
  - A. Agar bisa menendang bola lebih kuat
  - B. Agar dapat melihat pergerakan teman dan lawan
  - C. Agar dapat berlari lebih cepat
  - D. Agar tidak kelelahan saat bermain

**Jawab:**

2. Berdasarkan teks, apa yang ditekankan pelatih selain teknik menggiring bola?
  - A. Melatih kekuatan kaki
  - B. Pentingnya kerja sama tim
  - C. Cara melakukan tendangan bebas
  - D. Cara menjaga stamina tubuh

**Jawab:**

3. Mengapa kerja sama tim penting dalam permainan sepak bola?
  - A. Karena membuat pemain tidak perlu berlari
  - B. Karena dapat mempersulit wasit memberi kartu
  - C. Karena membuat tim lebih mudah mencetak gol
  - D. Karena membuat permainan menjadi lebih lambat

**Jawab:**

4. Apa kesimpulan yang dapat diambil dari bacaan tersebut?
  - A. Pemain yang paling kuat pasti menang
  - B. Menggiring bola harus dilakukan dengan cepat
  - C. Sepak bola hanya membutuhkan satu pemain terbaik
  - D. Teknik yang baik dan kerja sama tim sangat penting

**Jawab:**

5. Lemparan yang dilakukan dari atas bahu disebut ...
  - A. Chest pass
  - B. Bounce pass
  - C. Overhead pass
  - D. Under pass

**Jawab:**

6. Cara membawa bola sambil berlari dalam permainan bola tangan disebut ...
  - A. Dribbling
  - B. Passing
  - C. Blocking
  - D. Shooting

**Jawab:**

7. Tujuan utama permainan bola tangan adalah ...

- A. Menahan bola
- B. Mencetak gol
- C. Menggiring bola
- D. Melambungkan bola

**Jawab:**

8. Teknik dasar untuk memulai permainan bola voli adalah ...

- A. Passing
- B. Smash
- C. Servis
- D. Blok

**Jawab:**

9. Mengoper bola dari bawah dengan kedua tangan disebut ...

- A. Passing bawah
- B. Smash
- C. Servis atas
- D. Blocking

**Jawab:**

10. Gerakan memukul bola keras ke arah lawan untuk meraih poin disebut ...

- A. Servis
- B. Smash
- C. Passing
- D. Digging

**Jawab:**

**Pilihan lebih dari satu jawaban berikut yang benar dengan memberikan tanda centang (✓)**

11. Teknik memukul shuttlecock meliputi ....

Servis	Smash	Heading
Lob	Tendangan	

12. Perlengkapan wajib dalam permainan bulu tangkis adalah ....

Raket	Shuttlecock	Bola basket
Sepatu	Net	

13. Peraturan permainan bulu tangkis yang benar adalah ....

- Tidak boleh menyentuh net
- Memukul shuttlecock dua kali berturut-turut
- Servis harus melewati net
- Bola boleh memantul dulu
- Shuttlecock boleh diambil dengan tangan

14. Manfaat bermain bulu tangkis adalah ....

- Melatih kelincahan
- Melatih kekuatan tangan
- Menghambat pernapasan
- Menambah kebugaran
- Mengurangi konsentrasi

**15.** Dalam permainan kasti, teknik dasar yang digunakan adalah ....

Melempar

Menangkap

Menyundul

Memukul

Berlari

**16.** Pemain yang bertugas memukul bola disebut ....

Pelambung

Pemukul

Penjaga

Wasit

Kiper

**17.** Peralatan yang digunakan dalam permainan kasti adalah ....

Bola kecil

Tongkat pemukul

Sarung tangan

Net

Base/tempat hinggap

**18.** Cara mematikan pemain dalam kasti adalah dengan ....

Men-tackle pemain

Melempar bola ke badan lawan

Menendang lawan

Memukul lawan

Mengambil bola dengan tangan

**19.** Permainan bola bakar menggunakan bola ...

Kecil

Sepak

Voli

Basket

Kasti

**20.** Dalam bola bakar, regu pemukul bertugas ....

Menangkap bola

Mengejar lawan

Memukul bola dan berlari

Menendang bola

Melempar bola ke gawang

**21.** Tugas regu penjaga adalah ....

Menghalangi pemukul berlari

Menangkap dan melempar bola

Memukul bola

Servis bola

Menggiring bola

**22.** Salah satu aturan permainan bola bakar adalah ....

Pemain hanya boleh berjalan

Bola harus dipukul ke bawah

Pemain harus menyentuh base

Tidak boleh memukul bola

Pemain boleh membawa bola sambil berlari

**23.** Sikap pasang dalam pencak silat digunakan untuk ....

- Menyerang
- Bertahan
- Mendarat
- Melompat
- Berlari

**24.** Teknik serangan tangan meliputi ....

- Pukulan
- Tendangan
- Tebasan
- Tangkisan
- Tamparan

**25.** Teknik elakan bertujuan untuk ....

- Menghindari serangan
- Menyerang lawan
- Melakukan pukulan
- Menendang lawan
- Mendaratkan tubuh

**26.** Manfaat latihan pencak silat adalah ....

- Melatih kepercayaan diri
- Melatih keseimbangan
- Mengurangi kebugaran
- Menambah kemalasan
- Melatih kelenturan

**27.** Lari jarak pendek disebut juga ....

- Sprint
- Marathon
- Estafet
- Cross country
- Jalan cepat

**28.** Nomor-nomor dalam lompat jauh meliputi ....

- Awalan
- Tolakan
- Melayang
- Mendarat
- Menggiring

29. Lempar lembing dilakukan dengan cara ....

- Mendorong
- Menarik
- Melempar
- Mengoper
- Menahan

30. Alat yang digunakan dalam tolak peluru adalah ....

- Besi bulat
- Lembing
- Cakram
- Cone
- Shuttlecock

### C. Soal Menjodohkan (5 soal) – Materi Olahraga Tradisional

Tariklah garis dengan menjodohkan permainan berikut dengan ciri-cirinya!



● Permainan lompat menggunakan batangan bambu atau kayu



● Permainan kejar-kejaran untuk merebut benteng lawan



● Melompati petak sambil menjaga keseimbangan



● Permainan adu kekuatan menarik tali



● Permainan menghadang dan menembus penjaga