

Hari / Tanggal	: Selasa, 14 Desember 2021	Nilai	Paraf Guru	Paraf Orang Tua
Waktu	: Pukul 10.00-11.00WIB			
Mata Pelajaran	: Pend. Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan			
Nama Siswa	: _____			
Kelas	: 2 (dua)			

**Remidi Penilaian Akhir Semester Gasal 2021/2022**

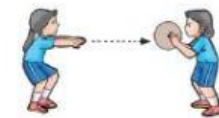
**3.1 Memahami Gerak Dasar Lokomotor dan non lokomotor Sesuai dengan Konsep**

- Dalam permainan kasti terdapat gerakan ... dan ...
  - Memukul dan menendang
  - Melempar dan memukul
  - Melempar dan menendang
  - Memukul dan menendang
- Gerakan melempar bola merupakan contoh gerakan ...
  - Lokomotor
  - Keseimbangan
  - Nonlokomotor
  - kecepatan
- Permainan kucing-kucingan menggunakan ... untuk dioper kepada teman yang lain.
  - Bola sepak
  - Bola kasti
  - Bola basket
  - Bola bekel
- Menendang bola dilakukan dengan posisi awal ....
  - berdiri
  - duduk
  - jongkok
  - tidur terlentang
- Adi akan menendang bola. Saat mendekati bola, Adi ... kaki untuk menendang bola.
  - menekuk
  - menyilangkan
  - mengayunkan
  - meluruskan



**3.3 Memahami Variasi Gerak Dasar Manipulatif Sesuai dengan Konsep**

- Perhatikan gambar tersebut!  
Anak pada gambar tersebut melakukan variasi gerak ... bola.
  - menangkap
  - menyundul
  - melempar
  - menendang
- Anak pada gambar tersebut melempar bola ke arah ....
  - bawah
  - atas
  - samping
  - belakang
- Anak pada gambar tersebut melakukan variasi gerak melempar bola secara ....
  - mandiri
  - acak
  - berpasangan
  - berkelompok
- Anak tersebut melempar dengan menggunakan ....
  - dua tangan
  - satu tangan
  - dua kaki
  - satu kaki
- Bagian tubuh yang digunakan untuk memegang bola adalah ....
  - tangan
  - kepala
  - kaki
  - punggung



**3.4 Memahami prosedur bergerak secara seimbang, lentur, dan kuat**

- Keseimbangan statis artinya keseimbangan tubuh dalam posisi ...
  - Berjalan
  - Berlari
  - Diam
  - Melompat

12. Keseimbangan statis dapat dilakukan dalam posisi berdiri, duduk dan ... .
- Berbaring
  - Berlari
  - Menggantung
  - Melompat
13. Nabila berbaring di lantai. Kemudian dia mengangkat kedua kaki dan kepala ke atas. Nabila sedang melatih ....
- keseimbangan
  - kekuatan kaki
  - kelenturan
  - Kekuatan tangan
14. Fatih melakukan gerakan memutar badan. Gerak yang dilakukan Fatih dapat digunakan untuk melatih ... badan.
- keseimbangan
  - kekuatan kaki
  - kelenturan
  - Kekuatan tangan
15. sikap disamping menirukan gerakan seperti ... .
- huruf T
  - kapal
  - kapal terbang
  - sepeda
16. Sebelum melakukan aktivitas olah raga, sebaiknya kita melakukan ... .
- Pemanasan
  - Tidur
  - Pendinginan
  - makan
17. Manfaat melakukan gerakan pemanasan adalah ... .
- Menguatkan otot
  - Melenturkan otot
  - Membesarkan otot
  - Mengecilkan otot
18. Berikut ini yang merupakan gerakan pemanasan adalah ... .
- Lompat katak
  - Angguk kepala sesuai aba-aba
  - Loncat tegak
  - Berdiri diam
19. Setelah melakukan olah raga sebaiknya kita melakukan ... .
- Peregangan
  - Pendinginan
  - Pemanasan
  - Pendataan
20. Berikut yang **bukan** manfaat melakukan pendinginan adalah ... .
- Menormalkan tekanan darah
  - Mengurangi resiko kram
  - Membantu menurangi kelelahan otot
  - Membuat otot kaku

