

**PENILAIAN AKHIR TAHUN MADRASAH IBTIDAIYAH
TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

I. Berilah tanda silang (X) pada huruf a, b atau c pada jawaban yang tepat !

1. Ciri - ciri air bersih adalah*
 - a. berwarna
 - b. berbau
 - c. jernih
 - d. keruh
2. Agar tidak sakit perut , sebelum makan harus.....
 - a. cuci tangan
 - b. cuci piring
 - c. minum
 - d. tidur
3. Gerak lokomotor dalam aktivitas gerak berirama , yaitu.....
 - a. mengatun lengan
 - b. melangkah
 - c. melempar bola
 - d. menekuk lutut
4. Agar terlihat serasi ,aktivitas gerak berirama harus dilakukan dengan.....
 - a. bebas
 - b. sesuka hati
 - c. kompak
 - d. sendiri-sendiri
5. Berikut bukan iringan dalam senam irama, yaitu.....
 - a. hitungan
 - b. lagu
 - c. ketukan
 - d. siulan
6. Akuatik adalah aktivitas yang dilakukan di.....
 - a. air
 - b. darat
 - c. udara
 - d. dalam ruangan
7. Latihan berenang sebaiknya dilakukan di.....m
 - a. sungai
 - b. laut
 - c. danau
 - d. kolam renang
8. Gambar dibawah merupakan peringatan kolam renang dalam keadaan....
 - a. Aman
 - b. Kering
 - c. Licin
 - d. Sedang dikuras
9. Bentuk istirahat mental dapat dilakukan dengan.....
 - a. olahraga ringan
 - b. rekreasi
 - c. tidur
 - d. makan
10. Tubuh manusia digerakkan oleh.....
 - a. otot-otot tubuh
 - b. kaki
 - c. tangan
 - d. kepala
11. Dalam satu hari seseorang minimal harus tidur....jam di malam hari
 - a. 6
 - b. 7
 - c. 8
 - d. 9

12. Agar peredaran darah lancar maka perlu melakukan.....secara teratur
- a. istirahat
 - b. olahraga
 - c. tidur
 - d. rekreasi
13. Zat gizi yang diperlukan manusia sebagai sumber tenaga adalah.....
- a. vitamin
 - b. protein
 - c. air
 - d. karbohidrat
14. . Pernyataan yang tepat tentang gambar makanan di bawah ini adalah 10.



- a. makanan tersebut kaya vitamin C
 - b. makanan berfungsi sumber tenaga
 - c. makanan tersebut diperlukan untuk kesehatan tulang
 - d. makanan tersebut bisa menyebabkan tubuh jadi gemuk
15. Gambar di bawah ini adalah contoh gerakan.....



- a. Meluncur
- b. Berjalan di air
- c. Mengayun lengan
- d. Mengambang di air