



**YAYASAN MUTIARA BANDUNG**  
**SEKOLAH DASAR SAHABAT QURAN MUTIARA**  
*JL.Cipanjak RT 01 RW 11 No.15 Desa Cigugur Girang*  
*Telp. 022-6614364*



---

**ULANGAN HARIAN PJOK TEMA 5**

**PETUNJUK UMUM**

1. Mulailah dengan membaca basmalah.
2. Perhatikan petunjuk pengerjaan tiap bentuk soal.
3. Mulailah dari soal yang kamu anggap paling mudah.

**PETUNJUK KHUSUS:**

- I. Pilihlah jawaban yang kamu anggap benar dengan memberi tanda silang (x) pada huruf a, b, c atau d pada lembar jawab!**

1. Mana gambar yang menunjukkan alas yang digunakan untuk melakukan senam lantai

A.



B.



C.

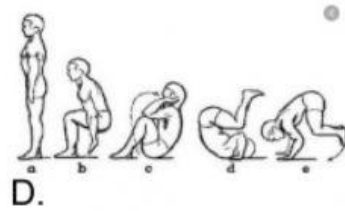
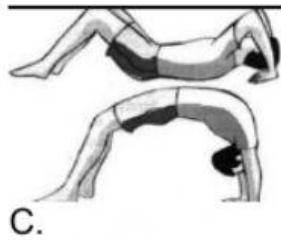
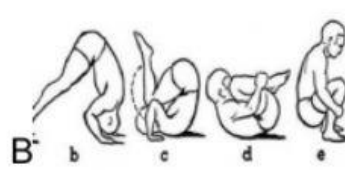
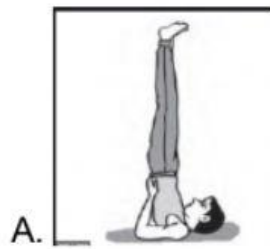


D.



2. Siti sedang mencoba melakukan gerakan meroda,gerakan meroda merupakan gerakan dasar ....
- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| A. Senam irama  | C. Senam ritmik |
| B. Senam lantai | D. Senam SKJ    |

3. Tunjukkan di bawah ini mana yang menunjukkan gerakan senam lantai sikap lilin



4. Dalam melakukan gerakan meroda diperlukan suatu...
- A. Kemudahan  
B. Kesedihan  
C. Keyakinan  
D. Kekhawatiran
5. Allah SWT telah memberikan anggota tubuh yang lengkap pada kita, dan seharusnya kita selalu bersyukur atas karunia dari Allah SWT, anggota tubuh manakah yang biasa digunakan untuk bertumpu saat melakukan gerakan meroda ...
- A. Kaki  
B. Tangan  
C. Kepala  
D. Punggung

semoga berhasil

