



SUMATIF AKHIR SEMESTER GANJIL
KURIKULUM MERDEKA
SEKOLAH DASAR TAHUN PELAJARAN 2024/2025

LEMBAR SOAL

Mata Pelajaran : PJOK
Kelas/ Semester : VI (Enam) / I (Satu)
Hari/ Tanggal :
Waktu :

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

1. Permainan invasi adalah permainan kelompok dengan tujuan memasukkan bola ke gawang atau keranjang lawan dan mempertahankan gawang atau keranjang sendiri dari serangan lawan. Berikut ini merupakan contoh dari permainan invasi, *kecuali*
 - a. sepak bola
 - b. bola basket
 - c. bola tangan
 - d. renang
2. Gerak dasar pada manusia terdiri dari gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif. Berikut ini merupakan contoh dari gerakan manipulatif, *kecuali*
 - a. melempar bola
 - b. meliuk
 - c. menangkap bola
 - d. menggiring bola
3. Nadeo dan Ernando berdiri saling berhadapan dengan jarak 10 meter. Nadeo berlari ke arah Ernando sambil melempar bola. Dari ilustrasi di atas menunjukkan kombinasi gerak dasar
 - a. lokomotor dan non lokomotor
 - b. lokomotor dan manipulatif
 - c. nonlokomotor dan manipulatif
 - d. lokomotor dan adaptifdan
4. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di samping merupakan gerakan teknik dasar dalam permainan bola voli

- a. passing atas
 - b. passing bawah
 - c. servis atas
 - d. servis bawah
5. Pada pelaksanaan servis, bila tangan yang akan memukul bola berada di bawah, maka servis tersebut dinamakan
 - a. servis atas
 - b. servis bawah
 - c. passing servis
 - d. jumping servis
 6. Berikut ini yang merupakan teknik dasar dalam permainan bola voli adalah
 - a. menendang, menggiring dan menyundul
 - b. passing, servis dan smash
 - c. menggiring, menangkap dan shooting
 - d. memukul dan menangkap
 7. Perhatikan bentuk-bentuk lemparan di bawah ini!
 - 1) menyusur tanah
 - 2) melambung
 - 3) mendatar
 - 4) vertikal

Yang termasuk bentuk-bentuk lemparan pada permainan kasti adalah

 - a. 1, 2 dan 3
 - b. 2, 3 dan 4
 - c. 1, 3 dan 4
 - d. 1, 2 dan 4

8. Menghentikan bola dengan menggunakan tangan disebut dengan
- melempar
 - menendang
 - menangkap
 - memukul
9. Posisi badan ketika menangkap bola yang sedang menggelinding adalah
- berdiri
 - jongkok
 - berbaring
 - membungkuk
10. Melempar bola secara mendatar dilakukan dengan ayunan lengan
- ke atas
 - menyusur tanah
 - lurus ke depan
 - ke samping
11. Perhatikan gambar berikut!



Arah pukulan bola pada gambar di samping adalah

- melambung
 - mendatar
 - menyusur
 - menggelinding
12. Gerakan manipulatif melecutkan atau melontarkan bola menjauhi tubuh ke arah tertentu disebut gerakan
- menangkap
 - menggiring
 - melempar
 - menggiring
13. Membawa bola dengan cara memantulkan ke lantai menggunakan satu tangan disebut dengan gerakan
- passing*
 - shooting*
 - blocking*
 - dribbling*
14. Berikut ini yang **bukan** merupakan beberapa aktivitas yang mengkombinasikan gerakan menggiring bola adalah
- menggiring bola sambil berjalan dan berlari
 - menggiring bola secara zig-zag
 - menggiring bola mengitari *cone*/ kerucut
 - menggiring bola sambil *dribble*
15. Variasi gerakan berlari sambil menggiring bola merupakan contoh gerakan
- lokomotor dan non lokomotor
 - lokomotor dan manipulatif
 - nonlokomotor dan manipulatif
 - lokomotor dan adaptif
16. Perhatikan gerakan berikut !
- Mengayun lengan dan melempar bola
 - Mengayun lengan dan memukul bola
 - Melangkah dan menangkap bola
 - Jongkok dan menangkap bola
 - Berjalan dan melempar bola
- Kombinasi gerak dasar nonlokomotor dan manipulatif ditunjukkan angka
- 1, 2 dan 4
 - 1, 3 dan 4
 - 2, 3 dan 4
 - 3, 4 dan 5
17. Berikut ini gerakan-gerakan yang tidak terdapat pada olahraga bola voli adalah
- passing*
 - smash*
 - servis*
 - dribbling*
18. Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli adalah servis. Pengertian dari servis adalah
- memukul bola yang dioperkan ke teman
 - memukul bola ke arah net
 - memukul bola sebagai permulaan permainan
 - menghadang bola yang masuk ke lapangan.

19. Dalam permainan kasti, tugas dari seorang *pitcher* adalah

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

20. Panjang dari alat pemukul pada permainan kasti adalah

- a. 20 cm
- b. 40 cm
- c. 50 cm
- d. 60 cm

21. Perhatikan gambar berikut!



Gerakan lempar tangkap pada gambar di samping menggunakan lemparan

- a. mendatar
- b. melambung
- c. memantul
- d. menyusur tanah

22. Salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket adalah dribble atau menggiring bola. Pada saat melakukan gerakan *dribble*, posisi tangan sebaiknya

- a. lentur
- b. kaku
- c. menggenggam
- d. lurus ke atas

23. Permainan net adalah permainan antar kelompok dengan menggunakan net yang memisahkan area permainan. Bola voli merupakan salah satu permainan net yang dimainkan oleh setiap kelompok yang berjumlah

- a. 5 orang
- b. 6 orang
- c. 11 orang
- d. 12 orang

24. Perhatikan gambar berikut!



Perkenaan bola yang tepat ketika melakukan gerakan di samping adalah

- a. kedua siku
- b. telapak tangan
- c. pergelangan tangan
- d. dimana saja

25. Tujuan utama permainan bola voli adalah

- a. melakukan passing atas dan bawah
- b. melakukan smash dengan keras
- c. menampilkan teknik yang baik
- d. menjatuhkan bola ke daerah lawan

26. Seni beladiri tradisional khas Indonesia yang memperhatikan seni keindahan gerak adalah

- a. senam lantai
- b. pencak silat
- c. aerobik
- d. loncat indah

27. Usaha pembelaan diri dengan cara melakukan gerakan terhadap serangan lawan disebut

- a. tangkisan
- b. kuda-kuda
- c. tendangan
- d. sikap pasang

28. Berikut ini merupakan teknik-teknik dasar pencak silat yaitu

- a. pukulan, elakan, tendangan, tangkisan
- b. teknik berdiri tegak
- c. teknik kuda-kuda
- d. teknik pasang

29. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di samping merupakan salah satu jenis tendangan, yaitu

- a. tendangan samping
- b. tendangan depan
- c. tendangan belakang
- d. tendangan busur

30. Elakan atau hindaran adalah usaha pembelaan dari serangan lawan. Berikut ini merupakan jenis-jenis elakan, *kecuali*
- elakan bawah
 - elakan atas
 - elakan serong
 - elakan serang
31. Sebuah gerak yang mendasari atau menjadi dasar suatu keterampilan disebut dengan
- gerak dominan
 - gerak lokomotor
 - gerak manipulatif
 - gerak nonlokomotor
32. *Handstand* merupakan sebuah gerakan yang bertumpu pada
- satu tangan
 - dua tangan
 - kepala dan tangan
 - kaki
33. Gerakan berguling adalah menggelindingkan badan ke arah tertentu. Dalam melakukan gerakan berguling untuk menjaga keselamatan diri sebaiknya dilakukan di atas
- lantai
 - balok
 - matras
 - palang
34. Gerakan melingkar ke samping dengan bertumpu pada kedua tangan dan kaki menyerupai bentuk roda disebut
- guling depan
 - roll belakang
 - headstand*
 - meroda
35. Perhatikan gambar berikut!



Gambar di samping merupakan salah satu gerak senam, yaitu

- guling depan
- meroda
- guling belakang