



PENILAIAN AKHIR SEMESTER SEKOLAH DASAR  
TAHUN PELAJARAN 2020/2021

**KURIKULUM 2013**

Mata Pelajaran : P J O K

Hari/tanggal : Senin, 30 Nopember 2020

Kelas : 6 ( Enam )

W a k t u : 09.30 – 11.00 ( 90 Menit )

**PETUNJUK UMUM :**

1. Tulislah nama dan nomor pada sudut kanan atas pada lembar jawab!
2. Bacalah tiap-tiap soal dengan sebaik-baiknya!
3. Kerjakan lebih dahulu soal yang kau anggap paling mudah!
4. Periksa kembali pekerjaan sebelum kau serahkan pada Bapak/Ibu Guru!

**I. Berilah tanda silang ( X ) pada huruf a, b, c, atau d yang merupakan jawaban yang paling benar pada lembar jawab yang disediakan!**

1. Bagian tubuh yang *tidak* boleh digunakan untuk mengontrol bola dalam permainan sepak bola adalah ....
  - a. kaki
  - b. dada
  - c. tangan
  - d. paha
2. Variasi menggiring bola dalam permainan sepak bola dapat dikombinasikan dengan berlari supaya ....
  - a. lawan mudah merebut bola
  - b. lawan kesulitan merebut bola
  - c. mengecoh lawan yang sedang mengejar
  - d. mudah dalam mengumpan
3. Berlari yang dilakukan sambil menggiring bola dalam permainan sepak bola bermanfaat untuk ....
  - a. memberikan umpan secara akurat
  - b. berlari ke daerah sendiri dengan cepat
  - c. menangkap bola dengan baik
  - d. menyerang daerah permainan lawan dengan cepat
4. Berikut ini merupakan gerak dasar yang harus dikuasai oleh pemain kasti, **kecuali** ....
  - a. menjatuhkan bola
  - b. memukul bola
  - c. menangkap bola
  - d. melempar bola

5. Gerak lari dengan kombinasi lemparan dalam permainan kasti dilakukan oleh ....
  - a. pemain kelompok penjaga
  - b. semua pemain kasti
  - c. pemain yang berada di tiang hinggap
  - d. pemain kelompok pemenang
6. Dalam permainan bulu tangkis, variasi langkah kaki dan lompat dapat dikombinasikan dengan pukulan. Gerakan ini dilakukan jika posisi kok ....
  - a. berada di depan
  - b. melambung tinggi
  - c. dekat di samping kanan
  - d. jatuh di luar lapangan
7. Alat yang digunakan dalam permainan Ronggong Alu adalah ....
  - a. kayu
  - b. bambu
  - c. karet
  - d. rotan
8. Variasi gerak lokomotor yang terdapat pada permainan lompat tali adalah ....
  - a. berlari dan meloncat
  - b. berlari dan mengayun
  - c. berlari dan meliuk
  - d. berlari dan melompat
9. Variasi dan kombinasi gerak yang ada dalam permainan mencari kelompok yaitu ....
  - a. berjalan dan melompat
  - b. berlari dan berguling
  - c. meloncat dan melempar
  - d. berjalan dan berlari
10. Sikap kuda-kuda tengah dalam pencak silat, berat badan bertumpu pada ....
  - a. kaki depan
  - b. kedua kaki
  - c. kaki belakang
  - d. kaki kiri
11. Pola langkah dalam pencak silat yang menyerupai gergaji adalah ....
  - a. pola lurus
  - b. pola "u"
  - c. pola "s"
  - d. pola zig-zag
12. Di bawah ini adalah jenis tendangan dalam pencak silat, *kecuali* ....
  - a. tendangan lurus
  - b. tendangan jejak
  - c. tendangan bebas
  - d. tendangan belakang

13. Kondisi kebugaran jasmani dikatakan baik jika ....
    - a. penampilan bersih dan rapi
    - b. tidak mudah lelah saat beraktivitas
    - c. kuat dan lincah
    - d. mudah berkeringat
  14. Kebugaran jasmani dapat dimiliki oleh siapa saja. Kebugaran jasmani dapat diperoleh dengan cara ....
    - a. melakukan latihan rutin
    - b. melakukan olahraga apabila ada temannya
    - c. melakukan olahraga yang berlebihan
    - d. melakukan olahraga sekali dalam dua minggu
  15. Jika tubuh mudah lelah setelah melakukan aktivitas tertentu menandakan bahwa ....
    - a. mudah terserang penyakit
    - b. kekuatan cukup baik
    - c. daya tahan tubuh rendah
    - d. kondisi fisik tidak stabil
- II. Isilah titik-titik di bawah ini dengan jawaban yang benar pada lembar jawaban yang telah tersedia**
16. Lemparan bola melambung dalam permainan bola basket digunakan untuk ....
  17. Memasukkan bola ke keranjang basket disebut juga ....
  18. Kombinasi gerak yang terdapat pada gerak menendang bola dalam permainan sepak bola adalah ... dan ....
  19. Mengayun lengan ketika mengoper bola kepada teman termasuk dalam gerak dasar ....
  20. Tujuan utama permainan bola basket adalah ....
  21. Variasi gerak dasar manipulatif dalam permainan kasti terdapat pada saat ....
  22. Memukul kok melewati net sebagai tanda dimulainya permainan bulu tangkis disebut ....
  23. Tugas utama regu penjaga dalam permainan kasti adalah ....
  24. Gerak manipulatif adalah gerak yang melibatkan suatu alat atau benda. Contoh gerak manipulatif yang dapat dilakukan oleh regu penjaga adalah ... dan ....
  25. Tujuan menekuk siku dan mengayun lengan sebelum memukul kok dalam permainan bulu tangkis yaitu ....
  26. Dalam permainan mencari kelompok ada dua gerak dasar yang harus dikuasai, yaitu ... dan ....
  27. Rangku Alu adalah permainan tradisional yang berasal dari ....
  28. Permainan Rangku Alu terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok ... dan ....

