

**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
PEMERINTAH KABUPATEN WONOGIRI**



**UJIAN SEKOLAH
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
SEKOLAH DASAR/MADRASAH IBTIDAIYAH
TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

KISI-KISI SOAL PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)

PENILAIAN SUMATIF AKHIR SATUAN PENDIDIKAN SD/MI

TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Nama Sekolah	:	SD / MI
Jenjang	:	SD / MI
Kelas	:	VI (Enam)
Muatan Pelajaran	:	PJOK
Tahun Pelajaran	:	2023 / 2024
Kurikulum	:	Kurikulum 2013
Jumlah Soal	:	40 butir
Jenis Soal	:	Pengetahuan

KISI-KISI SOAL PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)

PENILAIAN SUMATIF AKHIR SATUAN PENDIDIKAN SD/MI

TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Jenis Sekolah

Mupel / Mapel

Kurikulum

: Sekolah Dasar

: PJOK

: 2013

Alokasi Waktu

Jumlah Soal

Penulis

: 10.00 – 11.30 WIB (90 menit)

: 40 Butir (20 Pilihan Ganda, 15 Isian, 5 Uraian)

: KKG Penjasorkes Kecamatan Bulukerto

No	Kompetensi Dasar	Uraian Materi	Indikator Soal	Bentuk Soal	Nomor Soal
1.	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	●Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola basket	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola basket	Pilihan Ganda	1
2.	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	●Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola basket	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar nonlokomotor dalam permainan bola basket	Pilihan Ganda	2
3	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan sepak bola	● Peserta didik mampu menentukan tujuan variasi gerak dasar lokomotor	Pilihan Ganda	3



	manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional		dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan sepak bola		
4	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola kasti	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola kasti	Pilihan Ganda	4
5	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bulutangkis	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar nonlokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bulutangkis	Pilihan Ganda	5
6	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bulutangkis	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bulutangkis	Pilihan Ganda	6
7	3.3. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, dan lompat dalam permainan modifikasi dan tradisional	• Peserta didik mampu menentukan alat yang digunakan dalam permainan rangku alu	Pilihan Ganda	7



8	3.4. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri (pencak silat)	• Variasi gerak dasar manipulatif dengan kombinasi gerak dasar lokomotor	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar manipulatif dengan kombinasi gerak dasar lokomotor dalam pencak silat	Pilihan Ganda	8
9	3.5. Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).	• Latihan kebugaran jasmani	• Latihan daya tahan	Pilihan Ganda	9
10	3.5. Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).	• Latihan kebugaran jasmani	• Latihan daya tahan	Pilihan Ganda	10
11	3.6. Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat, dan terkontrol dalam aktivitas senam.	• Rangkaian tiga pola gerak dalam aktivitas senam	• Peserta didik mampu menentukan rangkaian gerak lokomotor, bertumpu, dan berguling.	Pilihan Ganda	11
12	3.6. Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor,	• Rangkaian tiga pola gerak dalam aktivitas senam	• Peserta didik mampu menentukan rangkaian gerak lokomotor, bertumpu, dan berguling.	Pilihan Ganda	12



	tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat, dan terkontrol dalam aktivitas senam.				
13	3.7. Memahami penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada gerak berirama	• Peserta didik mampu menentukan variasi dan kombinasi ayunan satu lengan dan jalan.	Pilihan Ganda	13
14	3.7. Memahami penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada gerak berirama	• Peserta didik mampu menentukan variasi dan kombinasi ayunan satu lengan dan jalan.	Pilihan Ganda	14
15	3.8. Memahami keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri di air.	• Keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	• Peserta didik mampu menentukan keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	Pilihan Ganda	15
16	3.8. Memahami keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri di air.	• Keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	• Peserta didik mampu menentukan keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	Pilihan Ganda	16
17	3.8. Memahami keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri di air.	• Keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	• Peserta didik mampu menentukan keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	Pilihan Ganda	17
18	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.	• Pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi.	• Peserta didik mampu menentukan manfaat menjaga kebersihan alat reproduksi	Pilihan Ganda	18



19	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.	● Pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi.	● Peserta didik mampu menentukan manfaat menjaga kebersihan alat reproduksi	Pilihan Ganda	19
20	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.	● Pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi.	● Peserta didik mampu menentukan manfaat menjaga kebersihan alat reproduksi	Pilihan Ganda	20
21	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola basket	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola basket	Isian	21
22	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola basket	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola basket	Isian	22
23	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola kasti	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar manipulatif dan kombinasi gerak dasar lokomotor dalam permainan bola kasti	Isian	23
24	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bulutangkis	● Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar manipulatif dan kombinasi gerak dasar nonlokomotor dalam permainan bola bulutangkis	Isian	24



25	3.2. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bulutangkis	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar manipulatif dan kombinasi gerak dasar lokomotor dalam permainan bola bulutangkis	Isian	25
26	3.3. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, dan lompat dalam permainan modifikasi dan tradisional	• Peserta didik mampu menentukan variasi lompat dengan kombinasi jalan dalam permainan rangku alu	Isian	26
27	3.3. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar dengan kontrol yang baik melalui permainan dan atau olahraga tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar jalan, lari, dan lompat dalam permainan modifikasi dan tradisional	• Peserta didik mampu menentukan variasi lompat dengan kombinasi jalan dalam permainan rangku alu	Isian	27
28	3.4. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri (pencak silat)	• Variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif	• Peserta didik mampu menyebutkan manfaat gerak dasar langkah kaki dalam pencak silat	Isian	28
29	3.4. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri (pencak silat)	• Variasi gerak dasar manipulatif dengan kombinasi gerak dasar lokomotor	• Variasi tendangan dengan kombinasi langkah geseran	Isian	29
30	3.5. Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut	• Latihan kebugaran jasmani	• Latihan daya tahan	Isian	30



	nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).				
31	3.5. Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).	● Pengukuran tingkat kebugaran jasmani	● Menghitung denyut nadi	Isian	31
32	3.6. Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat, dan terkontrol dalam aktivitas senam.	● Rangkaian tiga pola gerak dalam aktivitas senam	● Peserta didik mampu menentukan gerak variasi bertumpu pada senam lantai.	Isian	32
33	3.7. Memahami penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	● Variasi dan kombinasi gerak dasar pada gerak berirama	● Peserta didik mampu menentukan variasi dan kombinasi ayunan satu lengan dan jalan.	Isian	33
34	3.8. Memahami keterampilan salah satu gaya renang dan dasar-dasar penyelamatan diri di air.	● Keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	● Peserta didik mampu menentukan keterampilan renang gaya punggung (gerakan kaki, gerakan lengan, posisi tubuh, pernapasan, koordinasi gerak)	Isian	34



35	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.	• Cara menjaga kebersihan alat reproduksi.	• Peserta didik mampu menentukan kebersihan pakaian	Isian	35
36	3.1. Memahami variasi dan kombinasi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional	• Variasi dan kombinasi gerak dasar pada permainan bola basket	• Peserta didik mampu menentukan variasi gerak dasar lokomotor dan kombinasi gerak dasar manipulatif dalam permainan bola basket	Uraian	36
37	3.4. Memahami variasi dan kombinasi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif untuk membentuk gerak dasar seni bela diri (pencak silat)	• Variasi gerak dasar lokomotor dengan kombinasi gerak dasar manipulatif	• Peserta didik mampu mengetahui macam teknik dasar pukulan dalam pencak silat.	Uraian	37
38	3.5. Memahami latihan kebugaran jasmani dan pengukuran tingkat kebugaran jasmani pribadi secara sederhana (contoh: menghitung denyut nadi, menghitung kemampuan melakukan push up, menghitung kelenturan tungkai).	• Latihan kebugaran jasmani	• Latihan daya tahan	Uraian	38
39	3.7. Memahami penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.	Variasi dan kombinasi gerak dasar pada gerak berirama	Peserta didik mampu menyebutkan manfaat senam irama bagi tubuh.	Uraian	39



40	3.9 Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.	• Cara menjaga kebersihan alat reproduksi.	• Peserta didik mampu menentukan manfaat kebersihan alat reproduksi.	Uraian	40
----	--	--	--	--------	----

