

PEMERINTAH KABUPATEN .....  
DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH DASAR NEGERI** .....  
Jl. ....

**SUMATIF AKHIR SEMESTER I (SAS) PJOK**  
TAHUN PELAJARAN 2022 / 2023

<b>Mata pelajaran : PJOK</b>	<b>Nama : .....</b>
<b>No. Induk : .....</b>	<b>Hari / tanggal : .....</b>
<b>Kelas : IV ( Empat )</b>	<b>Waktu : 90 menit</b>

**A. Berilah tanda silang (x) pada huruf a,b,c atau d pada jawaban yang paling benar!**

- Permainan sepak bola dimainkan oleh ..... oarng setiap regu.  
a. 10  
b. 11  
c. 12  
d. 13
- Bentuk lapangan permainan sepak bola adalah .....  
a. Segi enam beraturan  
b. Segi lima beraturan  
c. Persegi panjang  
d. Persegi
- Gerakan menggiring bola melatih keordinasi gerakan .....  
a. Mata dan kaki  
b. Tangan dan kaki  
c. Mata dan tangan  
d. Badan dan tangan
- keterangan berikut yang bukan merupakan gerakan dasar permainan merupakan gerak dasar permainan bola tangan adalah .....  
a. Melempar  
b. Menggiring  
c. Menangkap  
d. Menendang
- Salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli mini adalah ..... bola  
a. Menservis  
b. Menyundul  
c. Menggiring  
d. Menendang
- Jumlah pemain dalam permainan bola voli mini adalah ..... orang  
a. 4  
b. 5  
c. 6  
d. 7
- Pukulan yang dilakukan untu mengawali permainan dalam permainan bola voli mini adalah .....  
a. Smash  
b. Servis  
c. Passing  
d. Blocking
- Alat yang digunakan dalam permainan bulu tangkis adalah .....



- Apabila bola ada disebelah kanan tubuh, maka pukulan yang dilakukan adalah pukulan .....  
a. Smash  
b. Forehand  
c. Overhead  
d. Backhand

10. Apabila pemain Tim A melakukan servis bola dan bola tidak dapat diterima Tim B, maka dinyatakan .....
- a. Skor untuk Tim A  
b. Skor untuk Tim B  
c. Servis di ulang  
d. Servis gagal
11. Kasti merupakan permainan bola .....
- a. Keranjang  
b. Sedang  
c. Besar  
d. Kecil
12. Bentuk lapangan permainan bola kasti adalah .....
- a. Persegi panjang  
b. Segi tiga beraturan  
c. Segi lima beraturan  
d. Segi enam beraturan
13. Alat pemukul kasti sebaiknya terbuat dari .....
- a. Besi  
b. Kayu  
c. Plastik  
d. Kardus
14. Permainan rounders berasal dari negara .....
- a. Inggris  
b. Belanda  
c. Tiongkok  
d. Indonesia
15. Gerak dasar permainan rounders adalah .....
- a. Melempar, Memukul dan Menangkap  
b. Menendang, Menyundul dan Melempar  
c. Menyundul, Menendang dan Menggiring  
d. Menangkap, Menendang dan Menggiring
16. Lapangan rounders berbentuk .....
- a. Segitiga  
b. Segi lima  
c. Lingkaran  
d. Persegi panjang
17. Salah satu seni bela diri yang berasal dari Indonesia adalah .....
- a. Pencak silat  
b. Taekwondo  
c. Karate  
d. Judo
18. Dalam pancak silat, gerak dasar kuda – kuda bermanfaat untuk menguatkan otot .....
- a. Kaki  
b. Dada  
c. Perut  
d. Tangan
19. Dalam pencak silat, tendangan dengan mengarahkan kaki ke arah kanan atau kiri disebut tendangan .....
- a. Depan  
b. Samping  
c. Belakang  
d. Melingkar
20. Karate merupakan seni bela diri yang berasal dari Negara .....
- a. Jepang  
b. Thailand  
c. Malaysia  
d. Korea Selatan
21. Seni bela diri Judo lebih menitik beratkan pada gerak .....
- a. Pukulan  
b. Bantingan  
c. Tendangan  
d. Kuda - kuda
22. Berikut ini yang bukan merupakan gerak dasar olah raga atletik adalah .....
- a. Lari  
b. Jalan  
c. Lempar  
d. Tangkap
23. Perhatikan gambar berikut !



Gerak pada gambar merupakan aba – aba saat melakukan start lari jarak pendek, yaitu aba – aba .....

- a. Ya  
b. Siap  
c. Mulai  
d. Bersedia
24. Gerakan lompat jauh diawali dengan gerakan .....
- a. Lari  
b. Jalan  
c. Loncat  
d. Lompat



25. Perhatikan gambar berikut!

Olah raga seperti gambar termasuk kedalam olah raga atletik, yaitu cabang olah raga .....

- |                |                  |
|----------------|------------------|
| a. Jalan cepat | c. Tolak peluru  |
| b. Lompat jauh | d. Lompat tinggi |

**B. Isilah titik – titik di bawah ini dengan jawaban yang benar!**

26. Lama permainan sepak bola pada setiap babak adalah .....
27. Menendang jarak jauh menggunakan kaki bagian .....
28. Lapangan bola voli mini berbentuk .....
29. Memimpin permainan bola voli mini adalah tugas seorang .....
30. Dalam permainan kasti, regu dibedakan menjadi dua, yaitu ..... dan .....
31. Dalam permainan kasti, pukulan dinyatakan hidup apabila .....
32. Pencak silat di Indonesia berada dibawah naungan organisasi yang bernama .....
33. Mengatur posisi agar tubuh kokoh adalah sikap .....
34. Salah satu jenis olah raga jalan yang masuk dalam cabang olah raga atletik adalah .....
35. Cabang olah raga atletik yang menggunakan sebuah peluru atau bola dari logam adalah .....

**C. Jawablah pertanyaan – pertanyaan dibawah ini dengan benar!**

36. Apa yang kamu ketahui tentang permainan invasi?
37. Tulislah sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam permainan bola voli mini?
38. Tulislah sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam permainan kasti?
39. Tulislah seni bela diri yang ada di Indonesia?
40. Tulislah 3 gerakan dalam lompat jauh?

## KUNCI JAWABAN

### A. Pilihan Ganda

1	B	6	A	11	D	16	B	21	B
2	C	7	B	12	A	17	A	22	D
3	A	8	A	13	B	18	A	23	D
4	D	9	B	14	A	19	B	24	A
5	A	10	A	15	A	20	A	25	C

### B. Isian

26. 45 menit
27. Kaki dalam
28. Persegi panjang
29. Wasit
30. Pemukul dan regu penjaga
31. Bola berhasil dipukul dan masuk kedalam lapangan
32. IPSI ( Ikatan Pencak Silat Indonesia )
33. Kuda – kuda ( ren – jerenan )
34. Jalan cepat
35. Tolak peluru

### C. Uraian

36. Permainan invasi merupakan permainan yang mengharuskan pemain menyerang ke daerah permainan lawan untuk menciptakan skor.
37. Net dan bola
38. Alat pemukul yang terbuat dari kayu dan bola terbuat dari karet.
39. Pencak sila
  - Karate
  - Taekwondo
  - Wushu
  - Judo
40. Gerakan tumpuan atau tolakan
  - Gerakan melayang
  - Gerakan mendarat