

**PEMERINTAH KABUPATEN.....**  
**DINAS PENDIDIKAN.....**  
**SUMATIF TENGAH SEMESTER (STS) 1**  
**SD NEGERI .....**  
**TAHUN PELAJARAN 2024/2025**

---

<b>Mata Pelajaran</b>	<b>: PJOK</b>	<b>Nama</b>	<b>: .....</b>
<b>Kelas</b>	<b>: VI (Enam)</b>	<b>Nomor</b>	<b>: .....</b>

---

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

1. Gerakan yang dimaksud passing atas adalah...
  - a. gerakan passing yang dilakukan untuk menerima bola atas dengan melempar bola ke atas kepala
  - b. gerakan passing yang dilakukan untuk menerima bola atas dengan melempar bola ke bawah
  - c. gerakan passing yang dilakukan dengan melempar bola ke lantai
  - d. gerakan passing yang dilakukan dengan kedua tangan ke samping

2. Perhatikan gerakan berikut!
  - (1) Melempar dan menangkap bola formasi trapesium.
  - (2) Melempar dan menangkap bola berpasangan.
  - (3) Melempar dan menangkap bola formasi tegak lurus.
  - (4) Melempar dan menangkap bola di atas kepala.

Berikut yang merupakan variasi dan kombinasi pola gerak dasar melempar dan menangkap bola ditunjukkan oleh nomor...

- a. (1), (2), dan (3)
  - b. (1) dan (3)
  - c. (2) dan (4)
  - d. (1), (2), dan (4)
3. Posisi tubuh saat melakukan gerakan melempar bola menggelinding adalah...
    - a. berdiri menyamping
    - b. berdiri berhadapan
    - c. berdiri dalam formasi segitiga
    - d. berdiri tegak
  4. Melakukan gerakan melempar bola menggelinding dilakukan dengan...
    - a. melempar bola dari atas kepala
    - b. melempar bola dengan arah sejajar kepala
    - c. melempar bola ke lantai terlebih dahulu
    - d. melempar bola dengan arah sejajar lutut

5. Gerakan melempar bola samping dilakukan dengan...

- a. melempar bola dari atas kepala
- b. melempar bola dari bawah ke atas
- c. melempar bola ke lantai terlebih dahulu
- d. melempar bola dengan arah sejajar kepala

6. Berikut yang harus dilakukan setelah menerima bola dalam gerakan lempar tangkap bola berpasangan yaitu...
  - a. lempar bola sejauh mungkin
  - b. tahan bola selama mungkin
  - c. menerima bola dengan baik dan mengoper kembali
  - d. biarkan bola jatuh ke tanah
7. Tujuan dari gerakan passing bawah di tempat adalah...
  - a. membuat bola bergerak cepat
  - b. melatih kemampuan berlari
  - c. melatih kemampuan menerima bola dengan tangan
  - d. melatih koordinasi antarpeserta
8. Passing bawah sambil berjalan ke depan dengan baik dilakukan dengan cara...
  - a. berlari secepat mungkin
  - b. berjalan dengan lambat
  - c. melakukan passing bawah tanpa melihat bola
  - d. berjalan ke depan dengan stabil sambil melakukan passing bawah
9. Berikut yang perlu diperhatikan saat melakukan passing atas dengan kedua tangan dari depan atas dahi adalah...
  - a. kaki harus tetap diam
  - b. bola harus dilempar ke lantai terlebih dahulu
  - c. dorongan bola ke atas harus bersamaan dengan penurunan tubuh
  - d. bola harus dilempar ke belakang
10. Gerakan melempar bola menggelinding dengan baik dilakukan dengan...
  - a. melempar bola setinggi mungkin
  - b. melempar bola dengan arah ke atas
  - c. melempar bola dengan arah sejajar kepala
  - d. melempar bola menggelinding ke arah sasaran lemparan
11. Cara melakukan passing bawah di tempat adalah...
  - a. dalam lingkaran dengan diameter 1,5 meter
  - b. berjalan ke depan
  - c. melempar bola ke atas kepala
  - d. dalam kelompok barisan
12. Permainan lapangan yang dilakukan secara berkelompok setiap tim berjumlah 6 pemain adalah...
  - a. bola basket
  - b. bola tangan
  - c. bola voli

d. bola kasti

13. Permainan bola tangan merupakan permainan yang dimainkan secara...

- a. mandiri
- b. berpasangan
- c. bertiga
- d. berkelompok

14. Perhatikan pernyataan berikut!

- (1) Menangkap bola rebound.
- (2) Menangkap bola lambung.
- (3) Menangkap bola formasi segitiga.
- (4) Menangkap bola menyusur tanah.

Berdasarkan pernyataan tersebut, yang termasuk pola gerak dasar menangkap ditunjukkan oleh nomor...

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

15. Gerakan melempar bola rendah dilakukan dengan...

- a. melempar bola dari atas kepala
- b. melempar bola dari bawah ke atas
- c. melempar bola ke lantai terlebih dahulu
- d. melempar bola ke samping

16. Gerakan memukul dalam permainan kasti dilakukan untuk memukul bola yang dilempar oleh...

- a. pelambung
- b. pemukul
- c. pelari
- d. penonton

17. Saat memukul bola, pandangan mata fokus ke arah...

- a. bola
- b. tongkat
- c. pelambung
- d. teman



18. Bentuk yang dimaksud dengan gerakan melempar bola samping adalah...

- a. gerakan melempar bola dari atas kepala
- b. gerakan melempar bola ke lantai terlebih dahulu
- c. gerakan melempar bola dengan arah sejajar kepala
- d. gerakan melempar bola dengan arah sejajar lutut

19. Pukulan servis yang dilakukan dengan tangan terbuka pada saat bola berada lebih tinggi dari kepala disebut servis...
- a. depan
  - b. atas
  - c. belakang
  - d. bawah

20. Berikut yang harus diperhatikan saat melakukan passing bawah di tempat adalah...

- a. bola harus keluar dari lingkaran
- b. bola harus melewati teman di depan
- c. bola dan peserta tidak boleh keluar dari lingkaran
- d. bola harus dipantul di lantai

**II. Isilah titik-titik pada soal-soal berikut dengan benar!**

- 1. Permainan menggunakan bola kecil yang dilakukan di lapangan terbuka adalah...
- 2. Pada permainan bola tangan, cara mencetak poin yaitu dengan memasukkan bola ke...
- 3. Pada permainan bola voli, jika bola menyentuh tanah, berarti bola sudah...
- 4. Pukulan permulaan dalam permainan bola voli disebut ....
- 5. Melempar bola bagi pelambung diarahkan ke arah ....
- 6. Sikap kedua lutut yang benar saat persiapan untuk melakukan teknik dasar melempar adalah ....
- 7. Saat menggiring bola dalam permainan bola tangan, bola tidak boleh jauh dari ....
- 8. Perhatikan gambar berikut!



Gerakan yang dilakukan pada oleh anak pada gambar tersebut adalah ....

- 9. Salah satu sarana dan prasarana yang digunakan dalam bermain voli adalah ....
- 10. Gerak dasar yang dilakukan dengan adanya perpindahan tempat disebut dengan gerak ....

**III. Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan singkat dan benar!**

- 1. Jelaskan cara memegang bola saat melakukan melempar bola rendah!  
Jawab: .....
- 2. Jelaskan penentuan pemenang dalam permainan bola tangan!  
Jawab: .....
- 3. Bagaimana cara melakukan gerak melempar bola menggelinding?  
Jawab: .....
- 4. Bagaimana cara melakukan passing bawah sambil berjalan ke depan?  
Jawab: .....

5. Apa tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dalam permainan bola tangan?

Jawab: .....