	UPTD SDN	Nama :	
PEN	IILAIAN TENGAH SEMESTER GENAP		
	TAHUN PELAJARAN 20/20	No. Absen :	
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan		
Kelas	: II	Nilai :	
Waktu	: 90 menit		
Tanggal	:		

I. Berikan tanda silang (x) pada jawaban yang benar!

1. Berdiri dengan kepala merupakan salah satu contoh gerak ....

a. Bergantung

b. Bertumpu

c. Melayang

d. Mendarat

2. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak bertumpu menggunakan ...



a. Kepala dan kaki

b. Tangan dan kaki

c. Kepala dan siku

d. Tangan dan kepala

3. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak bergantung pada ....



a. Ring tunggal

b. Ring double

c. Palang tunggal

d. Palang double

4. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak bergantung pada ....

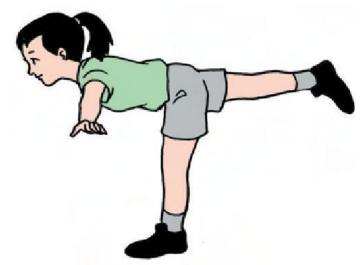


a. Ring double

b. Ring tunggal

c. Palang double

- d. Palang tunggal
- 5. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak keseimbangan yaitu ....



- a. Berdiri dengan satu kaki lalu jongkok
- c. Sikap kapal terbang
- b. Berdiri dengan satu kaki membentuk hurup T
- d. Berdiri dengan satu kaki
- 6. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak keseimbangan yaitu ....



- a. Berdiri dengan salah satu kakimembentuk huruf T
- c. Berdiri dengan satu kaki
- b. Berdiri dengan salah satu kakilalu jongkok
- d. Sikap kapal terbang
- 7. Gambar di bawah ini merupakan gerak berputar yaitu ... derajat

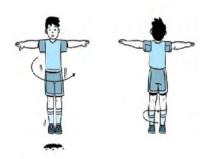




c.  $270^{\circ}$ 



- b. 180<sup>0</sup>
- d. 360°
- 8. Gambar di bawah ini merupakan gerak berputar yaitu .... Derajat



a. 270°

b. 360°

c.  $90^{\circ}$ 

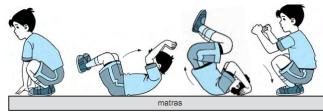
d. 180°

### 9. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak ....



- a. Berguling ke depan
- b. Berguling ke belakang
- c. Berguling ke samping kanan
- d. Berguling ke samping kiri

# 10. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak ....



- a. Berguling ke samping kiri
- b. Berguling ke samping kanan
- c. Berguling ke belakang
- d. Berguling ke depan

#### 11. Gerak di bawah ini merupakan contoh gerak ....

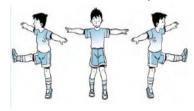


a. Berayun

b. Keseimbangan

c. Melayang

- d. Bertumpu
- 12. Gerak di bawah ini merupakan contoh gerak ....



a. Melayang

b. Bertumpu

c. Berayun

- d. Keseimbangan
- 13. Gerak di bawah ini merupakan contoh gerak ....



a. Bertumpu

b. Mendarat

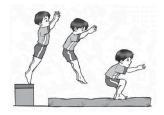
c. Melayang

- d. Mengayun
- 14. Berjalan di atas papan titian merupakan contoh gerak ...
  - a. Keseimbangan

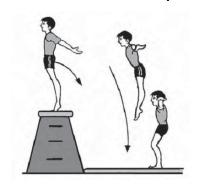
b. Mendarat

c. Melayang

- d. Tolakan
- 15. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak ....



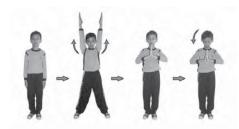
- a. Melayang ke belakang
- b. Mendarat ke belakang
- c. Melayang ke depan
- d. Mendarat ke depan
- 16. Gambar di bawah ini merupakan gerak ....



- a. Melayang ke belakang
- b. Mendarat ke belakang

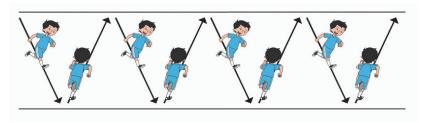
- c. Melayang ke depan
- d. Mendarat ke depan

#### 17. Gambar di bawah ini merupakan gerak ....



- a. Aktifitas senam lantai
- b. Aktifitas senam akrobatik
- c. Aktifitas senam aerobik
- d. Aktifitas senam berirama

#### 18. Gambar di bawah ini menunjukkan pola gerak berlari ...



a. Zig-zag

b. Melingkar

c. Segitiga

d. Persegi

### 19. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak ....



a. Berlari

b. Melompat

c. Berjalan

d. Melayang

#### 20. Gambar di bawah ini merupakan gerak ....



- a. Menekuk ke depan
- b. Menekuk ke belakang
- c. Menekuk ke samping
- d. Menekuk ke atas

- II. Isilah titik titik dengan jawaban yang tepat!
  - 1. Tuliskan langkah untuk "jongkok bertumpu pada tangan dengan tubuh diangkat"!
  - 2. Gambar di bawah ini menunjukkan gerak apa?



3. Apa manfaat dari gerak yang dilakukan pada gambar di bawah ini?



4. Apa nama gerakan di bawah ini?



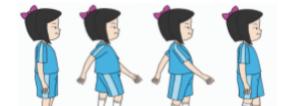
5. Apa nama gerakan di bawah ini?



6. Apa nama gerakan di bawah ini?



7. Perhatikan Gambar!



# Apa yang ditunjukkan oleh gambar di atas?

8. Bagaimana cara anak-anak di pada gambar berpindah tempat?



9. Gerak apa yang ada dalam gambar di bawah ini?



10. Gerak apa yang ada dalam gambar di bawah ini?





# **KUNCI JAWABAN**

### **PILIHAN GANDA**

1	В	6	В	11	В	16	В
2	D	7	Α	12	D	17	D
3	С	8	D	13	С	18	Α
4	Α	9	Α	14	Α	19	В
5	С	10	С	15	D	20	С

#### Essay

- 1. a. Posisi awal, dengan kedua tangan diletakkan di lantai di depannya.
  - b. Dengan bertumpu pada kedua tangan, tubuh dan kaki diangkat.
  - c. Gerakan ini dilakukan selama 2 × 8 hitungan atau lebih lama
- 2. bertumpu
- 3. menjaga keseimbangan

- 4. berputar
- 5. meloncat ke depan
- 6. **melayang**
- 7. melangkah biasa
- 8. **belari**
- 9. variasi gerak melompat
- 10. meliukkan tubuh ke samping kanan dan kiri