

LOGO SEKOLAH	PEMERINTAH KABUPATEN DINAS PENDIDIKAN SUMATIF AKHIR SEMESTER I TINGKAT SD/MI TAHUN PELAJARAN 20../20..	
-------------------------	---	---

Kelas : 1 (Satu) Mata Pelajaran : PJOK Hari/Tanggal : Waktu :	Nama : Nomor Peserta : Nama SD : Nilai :
---	--

Petunjuk Umum :

1. Tulis terlebih dahulu nama, nomor, SD sebelum kamu mengerjakan soal di bawah ini.
2. Berdoa sebelum mengerjakan soal.
3. Kerjakan soal pada lembar kerja yang telah disediakan.
4. Gunakan pensil 2B untuk mengerjakan.
5. Periksa kembali hasil pekerjaanmu sebelum diserahkan .

----- Selamat Mengerjakan -----

I. Berilah tanda silang (X) pada huruf A, B, atau C yang merupakan jawaban yang paling benar pada lembar jawab yang disediakan!

1. Sikap awal untuk melakukan gerakan berjalan adalah

- a. berdiri tegak
- b. jongkok
- c. membungkuk

2. Perhatikan gambar di bawah ini!



Pada gambar di samping, seorang anak sedang melakukan gerakan

- a. membungkukkan badan
- b. mencium lutut
- c. meliukkan badan

3. Gerakan menangkap bola melambung ditunjukkan pada gambar....



4. Sikap berdiri, badan meliuk ke kiri dan ke kanan adalah menirukan gerakan

- a. kelincimelompat
- b. pohon ditiup angin
- c. di depan dada

5. Gerakan meloncat dapat melatih otot....

- a. kaki
- b. punggung
- c. lengan

6. Gambar dibawah ini yang menunjukkan anak sedang berjalan adalah



7. Dalam permainan engklek, kita melompat dengan

- a. satu kaki
- b. dua kaki

c. dua kaki bergantian

8. Lapangan permainan engklek biasanya berbentuk....

- a. lingkaran
- b. kotak
- c. segitiga

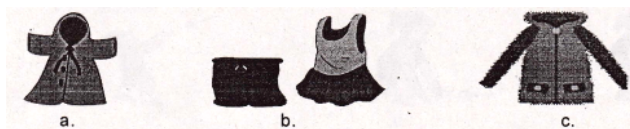
9. Gerakan berjalan di atas papan dapat melatih ...

- a. kekuatan
- b. kelenturan
- c. keseimbangan

10. Jika kita bermain di kolam renang, sebaiknya pilih kolam renang yang

- a. dangkal
- b. dalam
- c. luas dan dalam

11. Pakaian renang ditunjukkan pada gambar



12. Fungsi pelampung ketika berenang adalah ...

- a. membantu agar tidak tenggelam
- b. membantu berenang lebih cepat
- c. membantu agar bisa menyelam

13. Posisi kaki saat melakukan sikap berdiri istirahat adalah

- a. kaki rapat
- b. kaki terbuka
- c. kaki menyilang

14. Bagian tubuh yang berfungsi untuk melihat disebut...

- a. hidung
- b. mata
- c. telinga

15. Cara merawat badan supaya terbebas dari kuman adalah "...

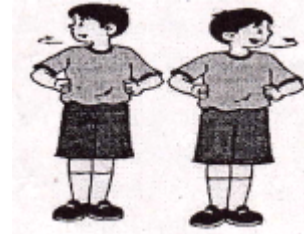
- a. sering berganti pakaian
- b. rajin memakai parfum
- c. mandi secara teratur

II. Isilah titik-titik di bawah ini dengan

jawaban yang benar pada lembar jawaban yang telah tersedia!

16. Gerak melangkahkan kaki disebut

17. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar gerakan di atas bertujuan untuk melatih otot ...

18. Arah lemparan bola melambung adalah ke....

19. Sikap awal badan ketika gerak berjalan adalah

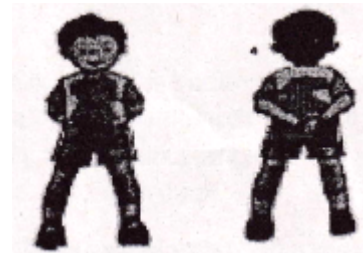
20. Berjalan, berlari, dan melompat dapat melatih kekuatan otot ...

21. Berjalan jinjit dapat melatih

22. Berjalan di atas balok titian harus hati-hati agar ...

23. Untuk membantu badan agar tidak tenggelam saat berenang menggunakan ...

24. Perhatikan gambar di bawah ini!



Pada gambar diatas, anak melakukan sikap ...

25. Bagian tubuh yang berfungsi untuk mendengar adalah ...

III. Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan jelas dan tepat pada lembar jawaban yang telah tersedia!

26. Tuliskan 3 (tiga) contoh gerak lokomotor/gerak berpindah tempat!

27. Tuliskan 2 (dua) manfaat berolahraga secara teratur!

28. Perhatikan gambar di bawah ini!



Tuliskan nama gerakan pada gambar di atas dan manfaatnya!

29. Tuliskan 3 (tiga) peralatan yang disiapkan untuk berenang!

30. Tuliskan fungsi dari anggota tubuh di bawah ini!

- a. mata
- b. kuping
- c. hidung