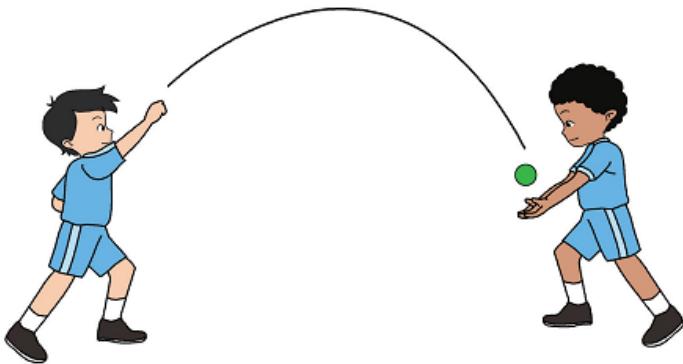


 <p>SDN WEBSITE : www.kherysuryawan.id</p> <p>PENILAIAN AKHIR SEMESTER</p> <p>TAHUN PELAJARAN 20../20..</p>	<p>Nama :</p>
	<p>No. Absen :</p>
<p>Mata Pelajaran : PJOK</p>	<p>Nilai :</p>
<p>Kelas : III (TIGA)</p>	
<p>Waktu : 90 menit</p>	
<p>Tanggal :</p>	

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

1. Gambar dibawah ini memperagakan



- a. Mengangkap bola
 - b. Melempar bola
 - c. Melempar dan menangkap
 - d. Menghadang bola

2. Gambar dibawah ini berlatih ...



- a. Tendangan penalti
 - b. Tendangan bebas
 - c. Tendangan pojok
 - d. Tendangan penjaga gawang

3. Dalam pertandingan sepak bola, pelanggaran hans ball adalah

- a. bola terkena kepala
 - b. bola terkena perut
 - c. bola terkena tangan

- d. bola terkena paha
4. **Bentuk istirahat yang paling baik adalah....**
- a. Bercerita
 - b. Lari
 - c. Tidur
 - d. Bergurau
5. **Waktu beristirahat, otot-otot menjadi ...**
- a. Lemas dan normal
 - b. Kejang-kejang
 - c. Tegang
 - d. Terganggu
6. **Cara untuk mengisi waktu luang di rumah yang dapat membuatmu sehat adalah ...**
- a. menyiram tanaman
 - b. bermain sepeda
 - c. berdiskusi dengan teman-teman
 - d. mengerjakan soal tugas sekolah
7. **di bawah ini permainan yang menggunakan banyak gerakan adalah ...**
- | | |
|---------------------|-------------------------|
| a. bermain catur | c. bermain bola voli |
| b. bermain monopoli | d. bermain tapak gunung |
8. **Cara memilih makanan yang baik adalah, memilih makanan yang mengandung karbohidrat, contoh gambar makanan yang mengandung karbohidrat adalah ...**
- a. Roti
 - b. Daging
 - c. Telur
 - d. Susu
9. **dibawah ini adalah termasuk contoh memilih...**



- a. Memilih makanan yang baik
 - b. Memilih buah buahan yang baik
 - c. Memilih sayuran yang baik
 - d. Memilih buah dan makanan yang baik
10. **Salah satu makanan tidak sehat adalah makanan ...**
- a. Digoreng dengan minyak yang sudah keruh

- b. Mengandung protein
- c. Mengandung karbohidrat
- d. Mengandung vitamin

II. Isilah titik titik dengan jawaban yang tepat !

- 1. Kelompok pemenang pada permainan bola tangan adalah kelompok yang ...
- 2. Gambar dibawah ini berlatih ...



- 3. Sebutkan 3 olahraga yang terdapat driblling ...
- 4. Membawa bola dengan kakimu menuju gawang disebut ...
- 5. Gambar dibawah ini adalah termasuk menggiring bola dengan ...



KUNCI JAWABAN

Pilihan Ganda

1. C
2. B
3. C
4. B
5. A
6. B
7. C
8. A
9. C
10. A

Isian

1. memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dengan melempar
2. Memantulkan bola sambil berjalan
3. 1. Sepak bola
2. Bola basket
3. Bola voli
4. Menggiring bola
5. dengan kaki bagian dalam