

PEMERINTAH KOTA TEGAL DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Jalan Ki Gede Sebayu No. 1 Tegal Telp. (0283) 351008 / Fax (0283) 351008 Kode Pos 52123

PENILAIAN TENGAH SEMESTER (PTS) I SD/MI TAHUN PELAJARAN 2021/2022

Muatan Pelajaran : PJOK Kelas : IV (Empat) Semester : I (satu)

Hari, Tanggal : Senin, 13 September 2021

Durasi Waktu : 07.00 - 11.00 WIB

PETUNJUK UMUM:

- 1. Tulislah namamu di kolom atas pada lembar jawaban!
- 2. Bacalah soal-soal dengan teliti dan benar !
- 3. Kerjakan soal-soal yang mudah dahulu!
- 4. Teliti kembali hasil pekerjaanmu sebelum kamu serahkan kepada guru !

"Saya mengerjakan sendiri dengan jujur karena kejujuran adalah nilai yang terbaik buat saya."

<u>PILIHLAH DAN JAWABLAH PERTANYAAN-PERTANYAAN DI BAWAH INI</u> DENGAN BENAR!

KD 3.1

- 1. Cabang olahraga yang memerlukan kerja sama regu adalah
 - a. lompat jauh
 - b. lari maraton
 - c. lompat tinggi
 - d. bola voli
- 2. Bola voli termasuk cabang permainan
 - a. Bola besar
 - b. Bola kecil
 - c. Atletik
 - d. Aquatic
- 3. Lama permainan bola voli ditentukan oleh
 - a. waktu
 - b. gol
 - c. poin/skor
 - d. game
- 4. Jumlah pemain bola voli dalam tiap regu ada
 - a. 6 orang
 - b. 8 orang
 - c. 12 orang
 - d. 11 orang
- 5. Untuk memulai permainan bola voli diawali dengan Gerakan
 - a. Smash
 - b. Servis
 - c. Passing atas
 - d. Block
- 6. Nama induk organisasi bola voli yang ada di Indonesia adalah

PTS PJOK KELAS 4 KOTA TEGAL

KD 3.2

7.	Dalam permainan	Rounders, Pada	a waktu mel	lempar bol	la menyusur tana	ıh, posisi ba	ıdan
----	-----------------	----------------	-------------	------------	------------------	---------------	------

- a. bungkuk
- b. berdiri
- c. jongkok
- d. tegak
- 8. Jumlah pemain Rounders dalam tiap regu ada
 - a. 11 orang
 - b. 8 orang
 - c. 6 orang
 - d. 12 orang
- 9. Permainan Rounders termasuk pada cabang permainan
 - a. Bola Sedang
 - b. Bola kecil
 - c. Bola besar
 - d. Bola Sepak
- 10. Di Inggris, permainan Rounders di atur oleh Assosiasi yang bernama
 - a. Assosiasi Atletik Gaelic (GGA)
 - b. National Riunders Association (NRA)
 - c. Assosiasi Rounders Dunia
 - d. Persatuan Rounders Seluruh Indonesia
- 11. Pada permainan Rounders, setiap pemain diberi kesempatan untuk memukul bola sebanyak

. . . .

- a. 1 kali
- b. 2 kali
- c. 3 kali
- d. Sampai bola terpukul
- 12. Awal mula permainan rounders berasal dari negara

KD 3.3

- 13. Lari jarak pendek disebut juga lari
 - a. sprinter
 - b. start
 - c. sprint
 - d. jogging
- 14. Lari termasuk cabang olahraga
 - a. permainan
 - b. atletik
 - c. senam
 - b. Renan
- 15. Perlengkapan yang dibutuhkan untuk berlari yaitu
 - a. Raket
 - b. Bola
 - c. Sepatu
 - d. Tongkat
- 16. Pada perlombaan atletik nomor lari jarak pendek yang digunakan adalah start
 - a. Start berdiri
 - b. Start jongkok
 - c. Start melayang
 - d. Start cepat
- 17. Lari jarak 100 meter termasuk ke dalam lari

PTS PJOK KELAS 4 KOTA TEGAL

- a. Jarak menengah
- b. Jarak dekat
- c. Marathon
- d. Jarak jauh
- 18. Lari merupakan olahraga yang bertujuan melatih kekuatan otot

KD 3.3

- 19. Tolak peluru merupakan salah satu olahraga pada cabang
 - a. Senam
 - b. Olahraga air
 - c. Olahraga melempar
 - d. Atletik
- 20. Berat peluru untuk tingkat SD putra adalah
 - a. 1 kilogram
 - b. 3 kilogram
 - c. 4 kilogram
 - d. 5 kilogram
- 21. Peluru yang digunakan pada cabang tolak peluru biasanya terbuat dari
 - a. Kayu
 - b. Tanah liat
 - c. Besi
 - d. Busa
- 22. Tolak peluru termasuk dalam cabang olahraga
 - a. Beregu
 - b. Perorangan
 - c. Berpasangan
 - d. Kelompok
- 23. Yang termasuk dalam gaya pada olahraga tolak peluru yaitu, kecuali
 - a. Gaya dada
 - b. Gaya glide
 - c. Gaya klasik
 - d. Gaya spin
- 24. Pada cabang tolak peluru yang paling diutamakan adalah kekuatan otot
- 25. Sebelum melakukan tolakan, pada saat memegang peluru, peluru hendaknya di letakan menempel pada bagian tubuh antara

PTS PJOK KELAS 4 KOTA TEGAL