



SDN CLUBBURUNG.COM
PENILAIAN AKHIR SEMESTER 2
TAHUN PELAJARAN 20../20..

Nama :

No. Absen :

Nilai :

Mata Pelajaran : PJOK

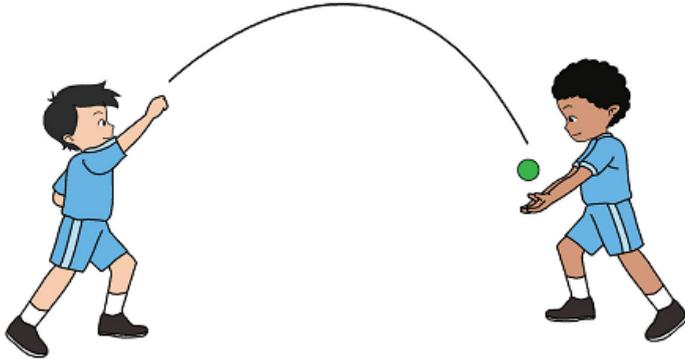
Kelas : III (TIGA)

Waktu : 90 menit

Tanggal :

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 pinalti

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



- Memilih makanan yang baik
 - Memilih buah buahan yang baik
 - Memilih sayuran yang baik
 - Memilih buah dan makanan yang baik
10. **Salah satu makanan tidak sehat adalah makanan ...**
- Digoreng dengan minyak yang sudah keruh
 - Mengandung protein
 - Mengandung karbohidrat
 - 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 dribbling ...
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