Soal UAS PJOK Kelas 6 SD Semester 1

Soal Pilihan Ganda UAS PJOK Kelas 6 SD

I. Berilah tanda silang (x) pada huruf a, b, c, atau d pada jawaban yang paling benar!

1. Berikut Ini yang tidak termasuk cara menggiring bola dalam adalah….

a. pantulan dengan telapak tangan
b. badan condong ke depan
c. pantulan bola rendah
d. lutut agak ditekuk

2. Melakukan shooting dalam permainan bola basket dapat dilakukan dengan cara …..

a. melihat ke arah ring basket
b. kaki dan bahu direntangkan
c. kaki lurus
d. pergelangan tangan

3. Seseorang yang berhasil menembakkan bola ke ring lawan dari luar akan mendapat nilai….

a. satu
b. dua
c. tiga
d. empat

4. Lama permainan bola basket mini adalah …..

a. 4 x 10 menit
b. 3 x 10 menit
c. 2 x 10 menit
d. 1 x 10 menit

5. Pukulan panjang yang dilakukan seorang pemain permainan tenis meja adalah….

a. drive
b. push
c. chop
d. block

6. Latihan variasi pukulan servis dalam permainan tenis meja dapat dilakukan dengan ....

a. drive dan block
b. chop dan drive
c. forehand servis dan drive
d. forehand dan backhand servis

7. Berikut yang bukan gerak dasar bermain tenis meja adalah ….

a. memegang bet
b. memukul bola
c. servis
d. menggiring bola

8. service dalam tenis meja termasuk gerak….

a. lokomotor
b. nonlokomotor
c. manipulatif
d. lokomotor dan nonlokomotor

9. Pegangan bet dalam permainan tenis meja yang hanya satu sisi bet dapat digunakan adalah….

a. shakehand grip
b. penhold grip
c. forehand grip
d. american grip

10. Permainan ular-ularan merupakan permainan yang mengombinasikan gerak dasar ....

a. jalan, lari, dan lompat
b. lompat, lari, dan loncat
c. lari, jalan, dan loncat
d. loncat, lompat, dan jalan

11. Permainan lompat kanguru merupakan permainan yang mengombinasikan gerak dasar….

a. lari dan lompat
b. lompat dan loncat
c. lari dan jalan
d. loncat dan lari

12. Permainan berikut yang merupakan hasil kombinasi jalan dan lari adalah….

a. ular-ularan
b. lompat kanguru
c. halang rintang
d. gobag sodor

13. Gerak dasar lari dan melompat dapat dijadikan permainan….

a. ular-ularan
b. lompat kanguru
c. halang rintang
d. gobag sodor

14. Permainan halang rintang adalah permainan yang melatih koordinasi gerakan ….

a. kaki dan mata
b. tangan dan kaki
c. tangan dan mata
d. kaki dan pinggang

15. Permainan gobag sodor merupakan permainan tradisional yang berasal dari daerah ....

a. Jawa Tengah
b. Jawa Timur
c. Jawa Barat
d. Jakarta

16. Cara memenangkan permainan gobag sodor adalah ....

a. semua pemain harus bisa selamat kembali sampai finis tanpa tersentuh tim penjaga
b. salah seorang pemain bisa kemball lagi ke finis tanpa tersentuh tim jaga
c. lari dengan cepat mengelilingi lapangan gobag sodor
d. bermain selam 30 menit

17. Berikut ini yang tidak termasuk pukulan dan tendangan….

a. pukulan atas
b. pukulan tengah
c. pukulan samping
d. tendangan kerucut

18. Menendang sambil melakukan gerak tangkisan samping atas merupakan gerak variasi dan kombinasi….

a. tendangan dan tangkisan
b. pukulan dan tangkisan
c. pukulan dan elakan
d. tusuk dan pukulan

19. Tendangan samping dan tangkisan samping adalah tendangan dan tangkisan yang dilakukan dengan posisi tubuh….

a. lurus
b. miring
c. diam
d. bebas

20. Tendangan samping biasanya diarahkan ke ….

a. alat vital
b. wajah
c. kaki
d. tangan

21. Untuk meghindari pukulan lawan, yang tidak boleh dilakukan adalah….

a. mengelak
b. menangkis
c. diam di tempat
d. menghindar

22. Saat lawan melakukan varisal tendangan dan tangkisan atas kanan dari lawan, kamu tidak boleh menghindar ke arah ….

a. kanan
b. bawah
c. kiri
d. kiri samping

23. Pada permainan ular-ularan, arena 4 adalah area melakukan gerakan ….

a. lari ke depan
b. lari menyamping
c. melompat-lompat
d. meloncat-loncat

24. Pertandingan bola basket mini dipimpin oleh wasit yang berjumlah … orang.

a. 1
b. 2
c. 3
d. 4

25. Permainan bola basket mini menggunakan bola ukuran nomor ….

a. 2
b. 4
c. 3
d. 5

Soal Isian UAS PJOK Kelas 6 Semester 1

II. Isilah titik-titik di bawah ini dengan jawaban yang tepat!

26. Permaninan bola basket mini dimainkan oleh dua regu pemain yang setiap regu berjumlah… pemain.

27. Permainan bola basket mini diawali dengan melakukan….

28. Permainan tenis meja dimainkan oleh dua regu pada pemain double yang masing masing beranggotakan… orang.

29. Bentuk lapangan tenis meja adalah….

30. Variasi pukulan servis pada tenis meja terdiri atas … dan … servis.

31. Dua gerakan dasar menembakkan bola ke ring permainan bola basket mini adalah ....

32. Induk organisasi pencak silat di Indonesia adalah…..

33. Saat kamu belajar bela diri dan mengalami kesulitan, tindakan yang harus kamu lakukan adalah ….

34. Pencak silat merupakan cabang olahraga….

35. Selain sebagai seni, gerakan pencak silat juga menjadi gerakan …..

Soal Uraian UAS PJOK Kelas 6 SD

III. Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini dengan tepat!

36. Gerakan apa sajakah yang termasuk gerak dasar bola basket mini?

37. Apa saja yang termasuk sarana dan prasarana dalam permainan bola basket mini? Tuliskan dua macam!

38. Pada dasarnya, ada beberapa cara memukul bola dalam permainan tenis meja? Coba tuliskan 2 macam caranya!

39. Apakah gerak dasar dari permainan lompat kanguru?

40. Apa saja yang termasuk sarana dan prasarana dalam permalanan tenis meja?