



Gambar 7.7 Ayunan satu lengan ke samping

3. Ayunan Dua Lengan ke Atas dan ke Bawah

Amatilah ayunan dua lengan seperti Gambar 7.8. Gambar tersebut menunjukkan gerak ayunan dua lengan ke atas dan ke bawah. Bagaimana caranya?



Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023

Keterangan

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023, bisa adik-adik simak secara mudah pada link soal UTS pjok dibawah ini.

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023 ini sengaja penulis bagikan kepada adik-adik siswa siswi kelas 1 SD/MI.

Selain itu, Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023 ini juga bisa adik-adik jadikan bahan latihan belajar untuk persiapan penilaian tengah semester genap.

Adapun Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023 ini terdiri dari soal pilihan ganda (Pilihan), isian dan uraian soal pjok.

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023

Seperti yang kita ketahui bersama bahwa Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023 ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan wajib yang diadakan tiga bulan pertama sejak awal semester 2.

Hal ini diadakan untuk mengukur sejauhmana adik-adik bisa menyerap pelajaran yang sudah dipelajari sejak awal semeste 2.

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2

Langsung saja berikut contoh Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023.

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 2020, Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 2021, Soal UTS kelas 1 Semester 2 2022, maupun Soal UTS kelas 1 Semester 2 2023 dan kunci jawaban yang kami sajikan ini secara kasatmata tidak jauh berbeda dengan soal uts edisi sebelumnya dimana mengacu pada buku pjok materi kurikulum 2013.

Langsung saja berikut Soal PTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban, Terkin

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2

I. Berikan tanda silang (x) atau a, b, c dan d pada jawaban yang benar !

1. Kamal dan Kamil sedang mempragakan sesuatu tentang ...
 - a. Bertumpu pada tangan
 - b. Ayunan
 - c. Bertumpu pada jari
 - d. Keseimbangan
2. Dimas sedang melakukan gerakan
 - a. Loncatan
 - b. Keseimbangan
 - c. Melayang
 - d. Ayunan
3. Rifqi sedang melakukan gerakan
 - a. Bergantung dengan tumpuan kaki
 - b. Bergantung pada palang pintu
 - c. Bergantung pada balok kayu
 - d. Bergantung pada palang besi
4. Sumi sedang melakukan gerakan
 - a. Bertumpu dengan kursi
 - b. Ayunan kursi
 - c. Menari
 - d. Keseimbangan
5. Maman sedang melakukan gerakan
 - a. Melompat
 - b. Bertumpu
 - c. Bergantung
 - d. Berayun
6. Soal dibawah ini yang merupakan salah satu gerakan pada senam lantai yaitu
 - a. Mengambar
 - b. Melayang
 - c. Bergantung
 - d. Salto
7. Soal dibawah ini yang bukan merupakan contoh gerak keseimbangan adalah
 - a. Berdiri dengan satu kaki dan mata tertutup
 - b. Memutar tangan serah jarum jam
 - c. Berjalan dengan beban di atas kepala
 - d. Berdiri dengan dua kaki dengan mata terbuka

8. Salah satu kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak merupakan pengertian dari
- Putaran
 - Keseimbangan
 - Ayunan
 - Bergantung
9. Gerakan yang dilakukan oleh Andi adalah ...
- Keseimbangan
 - Bertumpu
 - Berputar
 - Bergantung
10. Memutar kaki searah jarum jam merupakan contoh gerakan
- Tolakan
 - Melayang
 - Keseimbangan
 - Mendarat
1. Berdiri tegak kedua kaki dibuka selebar bahu.
2. Kemudian naik diatas palang yang sudah disediakan.
3. Kedua tangan direntangkan ke samping menjaga keseimbangan.
4. Perlahan-lahan mulailah berjalan hingga ke ujung palang.
5. Kemudian turun lalu ulangi lagi beberapa kali .
11. Langkah sesuai penjelasan diatas merupakan cara melakukan gerakan
- Mendarat
 - Tolakan
 - Melayang
 - Keseimbangan
12. Gerakan dibawah ini merupakan gerak
- Berguling ke belakang
 - Berguling ke depan
 - Berguling ke kanan
 - Berguling ke kiri
13. Gerakan dibawah ini merupakan gerak
- Berguling ke belakang
 - Berguling ke depan
 - Berguling ke kanan
 - Berguling ke kiri
14. aktifitas gerak tubuh dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga berguling kearah sisi yang lain (roll) merupakan pengertian dari
- Melayang
 - Tolakan
 - Berguling
 - Putaran
15. Dibawah ini merupakan gerakan kombinasi yang ada pada gambar kecuali,
- Melayang
 - Berguling
 - Berjalan
 - Melompat
16. bergantung dan bergerak ke depan dan ke belakang secara teratur merupakan pengertian dari
- Melayang

- b. Berayun
- c. Bertumpu
- d. Tolakan

17. Gerakan dibawah ini merupakan gerak

- a. Bertumpu
- b. Tolakan
- c. Melayang
- d. Ayunan

18. Gerakan di bawah ini bernama ...

- a. Loncat kangkang
- b. Loncat jauh
- c. Loncat tinggi
- d. Loncat Jangkit

19. Gerakan di bawah ini merupakan gerak ...

- a. Berputar
- b. Tolakan
- c. Melayang
- d. Keseimbangan

20. Dibawah ini merupakan gerak

- a. Mendarat ke depan
- b. Mendarat ke belakang
- c. Melompat ke depan
- d. Melompat ke belakang

II. Isilah titik titik dengan jawaban yang tepat !

1. Jelaskan langkah-langkah bergantung pada palang besi!
2. Apa nama gerak di bawah ini?
3. Tuliskan langkah-langkah keseimbangan membentuk sikap kapal terbang!
4. Apa tujuan melakukan gerakan di bawah ini?
5. Sebutkan gerakan yang ada dalam gambar!
6. – Dapat memperlancar sirkulasi darah
– Menghilangkan kelebihan lemak-lemak tubuh
– Membuat otot dan persendian tetap fleksibel
– Menghilangkan depresi dan meringankan pikiran
– Mengaktifkan dan meremajakan kulit

Pernyataan di atas merupakan manfaat dari olahraga tangan

7. Sebutkan gerakan apa yang ada dalam gambar!
8. Sebutkan gerakan apa yang ada dalam gambar!
9. Sebutkan gerakan apa yang terkandung dalam gambar di bawah ini!
10. Sebutkan gerakan apa yang terkandung dalam gambar di bawah ini!

KUNCI JAWABAN PJOK Kelas 1

Pilihan Ganda

- 1 A
- 2 B
- 3 D
- 4 A
- 5 C
- 6 C
- 7 D

- 8 B
- 9 A
- 10 C
- 11 D
- 12 B
- 13 A
- 14 C
- 15 A
- 16 B
- 17 D
- 18 A
- 19 C
- 20 B

Essay

- 1.A. Sikap awal : bergantung pada palang tunggal, jarak kedua tangan selebar bahu, posisi telapak tangan menghadap ke arah kepala, kedua lengan lurus.
- B. Mengangkat tubuh ke atas hingga dagu berada di atas palang.
- C. Badan diturunkan kembali dengan cara meluruskan lengan, sementara posisi kepala, badan, dan kaki tetap lurus.
- D. Gerakan ini dilakukan berulang – ulang sampai tidak kuat.
2. Bergantung pada ring
3. 1. Berdiri tegak, kemudian kedua tangan direntangkan ke samping.
2. Angkat kaki kanan lurus ke belakang dengan kaki kiri sebagai tumpuan .
3. Secara bersamaan badan di bungkukan ke depan hingga lurus dengan kaki kanan pertahankan beberapa saat. Usahakan antara kepala, badan, dan kaki yang di angkat berada pada posisi sejajar dan lurus.
4. Kembali ke sikap semula.
5. Lakukan secara bergantian dengan kaki kiri..
4. Menjaga keseimbangan tubuh dan titik berat badan
5. Berjalan, berguling, melompat
6. Mengayunkan
7. Berguling ke depan
8. Melayang
9. Tolakan
10. Mendarat

Untuk mendapatkan soal UTS versi Pdf bisa langsung diunduh dibawah ini:

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban, Terbaru 2023 simak pada tautan berikut ini.

Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban, Terbaru 2023 Download [disini](#)

Itulah Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban, Terbaru 2023, semoga bermanfaat.

Kategori

1. PENDIDIKAN

Tags

1. Soal UTS
2. Soal UTS PJOK Kelas 1

3. Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2
4. Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban
5. Soal UTS PJOK Kelas 1 Semester 2 dan Kunci Jawaban Terbaru 2023
6. Soal UTS PJOK SD

Tanggal Dibuat

17 Februari 2023

Penulis

pakguru2022

default watermark