



DOKUMEN NEGARA  
SANGAT RAHASIA

Nama : .....  
No. absen : .....  
Nilai : .....

**PENILAIAN TENGAH SEMESTER (PTS) GANJIL**  
**SEKOLAH DASAR**  
**TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Kurikulum 2013**

Mata Pelajaran : PJOK

Hari / Tanggal : Jumat, 28 September 2018

Kelas : VI (Enam)

Waktu : 07.30 - 09.00

**Petunjuk pengerjaan:**

- (1) Untuk soal berbentuk pilihan ganda, berilah tanda silang (X) pada huruf a, b, c, atau d di depan jawaban yang paling benar!  
(2) Untuk soal berbentuk isian singkat, isilah dengan benar langsung di bawah pertanyaan!  
(3) Untuk soal uraian, jawablah dengan benar langsung di bawah pertanyaan!

1. Induk olahraga bola basket di Indonesia adalah ....  
a. PSSI                      b. PRSI                      c. PERBASI                      d. PBSI
2. Membawa bola sambil memantulkan-memantulkannya ke lantai dalam permainan bola basket disebut ....  
a. passing                      b. pivot                      c. shooting                      d. dribble
3. Ukuran lapangan bola basket adalah ....  
a. 28,5 m x 15 m                      b. 29 m x 14 m                      c. 30,5 m x 15 m                      d. 30 m x 24 m
4. Jumlah pemain bola basket setiap regunya adalah ....  
a. 4 orang                      b. 5 orang                      c. 6 orang                      d. 7 orang
5. Dalam permainan bola basket, bola dimasukkan ke dalam ....  
a. gawang                      b. lubang                      c. keranjang                      d. jarring
6. Permainan bola basket diciptakan di negara ....  
a. Amerika                      b. Inggris                      c. China                      d. Indonesia
7. Diam di tempat dan memasukkan bola dengan satu atau dua tangan dalam permainan bola basket disebut ....  
a. passing                      b. shooting                      c. dribble                      d. rebound
8. Waktu permainan dalam bola basket adalah ....  
a. 2 x 10 menit                      b. 2 x 15 menit                      c. 4 x 10 menit                      d. 4 x 15 menit
9. Berat bola basket adalah ....  
.....
10. Jarak lantai sampai ke papan pantul bagian bawah dalam permainan bola basket adalah ....  
.....
11. Panjang garis tengah lingkaran pada lapangan basket adalah ....  
.....

12. Bagaimana cara melakukan pivot dalam permainan bola basket? Jelaskan!

.....

.....

.....

13. Tuliskan 2 jenis pelanggaran dalam permainan bola basket!

.....

.....

.....

14. Permainan bola kecil softball berasal dari negara ....

- a. Brazil                      b. Amerika                      c. German                      d. Yunani

15. Nama induk organisasi olahraga softball di Indonesia adalah ....

- a. PERCASI                      b. PERBASASI                      c. PBSI                      d. PSSI

16. Jumlah pemain dalam permainan softball adalah ....

- a. 10 orang                      b. 9 orang                      c. 11 orang                      d. 6 orang

17. Dibawah ini adalah beberapa perlengkapan yang digunakan dalam permainan softball. *kecuali* ....

- a. sarung tangan                      c. pemukul  
b. bola                      d. peluit

18. Seorang pitcher harus mempunyai ketangkasan dan wawasan jalannya permainan karena ..

- a. harus menghadapi lawan yang tangguh  
b. harus bisa mengatur kapan waktu bertahan atau menyerang  
c. peraturan permainan softball rumit  
d. dibebani harus menang dalam pertandingan

19. Dibawah ini termasuk teknik melempar bola dalam permainan softball. *kecuali* ....

- a. teknik lemparan ayunan atas                      c. teknik lemparan ayunan samping  
b. teknik lemparan bawah                      d. teknik lemparan ayunan belakang

20. Dibawah ini salah satu teknik menangkap bola dalam permainan softball ....

- a. teknik ayunan samping                      c. teknik ayunan belakang  
b. teknik bola yang melambung                      d. teknik ayunan bawah

21. Pemain yang bertugas melambungkan bola dalam permainan softball dinamakan ....

- a. batter                      b. pitcher                      c. catcher                      d. planer

22. Prinsip-prinsip yang harus diperhatikan oleh pemain yang akan memukul bola dalam permainan softball adalah ....

.....

23. Bagi pemain yang mempunyai tangan kecil, maka teknik memegang bola dengan ... jari.

.....

24. Lapangan softball berbentuk ....

.....

25. Seorang pemain softball harus mempunyai kemampuan ... dan ....
- .....
26. Sebutkan teknik-teknik menangkap bola (catcher) dalam permainan softball!
- .....
- .....
- .....
27. Berlari, melompat, meloncat, dan melempar adalah gerakan yang sering dilakukan dalam dasar olahraga ....
- a. senam                      b. bela diri                      c. voli                      d. atletik
28. Lompat jauh menolak menggunakan kaki ....
- a. dua                      b. satu                      c. yang paling kuat                      d. kiri
29. Dalam melakukan jogging atau lari santai, sikap badan yang benar adalah ....
- a. tegak                      c. condong ke belakang
- b. bungkuk                      d. lenggak-lenggok
30. Lari ditempat dengan gerakan mengangkat lutut tinggi, setinggi pinggul disertai ayunan lengan, termasuk pada teknik gerakan ....
- a. gabungan                      b. lutut                      c. tungkai                      d. tangan
31. Lari dalam permainan tradisional dapat dilakukan dengan permainan ....
- a. lari mengelilingi lapangan                      c. lari memindahkan benda
- b. lari marathon                      d. lari bersambung
32. Star yang digunakan untuk lari jarak pendek adalah star ....
- a. jongkok                      b. berdiri                      c. bungkuk                      d. melayang
33. Permainan lomba lompat katak langkah untuk persiapan adalah ...
- a. membuat lingkaran pintasan lomba                      c. membuat garis lapangan
- b. membuat peraturan permainan                      d. menentukan pemenang
34. Berlarilah ke depan dengan menyepakkan satu kaki ke depan, berlarilah menuju garis batas yang sudah ditentukan. merupakan gerakan melakukan ....
- a. lari pemanasan tungkai awal                      c. lari tumit ke belakang
- b. lari pemanasan tumit awal                      d. lari tungkai disepakkan ke depan
35. Tolak peluru merupakan salah satu cabang atletik yang termasuk dalam nomor ....
- a. lari                      b. lempar                      c. lompat                      d. renang
36. Lari tumit ke belakang dan lari tungkai disepakkan ke depan merupakan jenis permainan teknik dasar ....
- .....
- .....
37. Badan berdiri tegak, kedua lengan bebas kesamping badan, merupakan sikap ... dari teknik gerak tungkai.
- .....
- .....
38. Star pada lari lompat katak yang paling tepat menggunakan star ....
- .....

39. Sebutkan teknik dasar lari jarak pendek!

.....

.....

.....

40. Berikan contoh kegiatan lari berkelompok!

.....

.....

.....