

Live worksheet LKPD PJOK

Nama

Kelas.....

Mata pelajaran.....

Soal drag and drop

1 

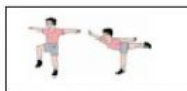
Gerakan pull up

2 

Gerakan Push up

Soal pilihan ganda

3. Gambar berikut adalah gerakan untuk melatih.....



- a. kekuatan c. keseimbangan
b. kelenturan d. kemampuan

4. Gerakan jongkok berdiri dalam latihan olah raga di sebut.....

- a. high jump b. long jump
c. jumping d. squar jump

soal esai

5. salah satu bentuk latihan untuk meningkatkan otot tubuh yaitu.....

6. Gerakan memindahkan tubuh dari tempat satu ke tempat yang lain di sebut....

Join arrow

7. 

melempar bola datar

8. 

Menangkap bola datar

SOAL CEK LIS

9 Yang termasuk Latihan kebugaran yaitu.....

- a. jogging c. pull up
b. push up d. berdiri

10. Yang termasuk gerak lokomotor adalah.....

- a. berlari. b. diam di tempat. c. Melompat d, berjalan

