1. Menyebutkan berbagai variasi dan kombinasi dalam pencaksilat!

No	Jenis variasi dan kombinasi pencak silat
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

2. Jelaskan jenis variasi dan kombinasi dalam pencaksilat!

No	Nama variasi dan kombinasi	Deskripsi
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

3. Jelaskan cara melakukan variasi dan kombinasi dalam pencaksilat!

No	Nama variasi dan kombinasi	Cara melakukan
1.		

LIVEWORKSHEETS

2.		
3.		
4.		
5.		

4. Simpulkan variasi dan kombinasi pada pencaksilat!

F. UJI KOMPETENSI

I. Pilihan Ganda

1. Dalam melakukan serangan maupun pertahanan pada olahraga pencaksilat, hal penting yang harus diperhatikan adalah ... .
   A. Pada langkah
   B. Pada gerakan
   C. Kuda - kuda
   D. Posisi

LIVEWORKSHEETS

2. Pesilat A melancarkan pukulan dengan tangan kanan lurus ke arah pesilat B, kemudian pesilat B menangkis dengan menggunakan teknik tangkisan luar. Gerakan ini merupakan ... .
   A. Mengunci lawan dari luar tangan
   B. Mengunci lawan dari tangan dalam
   C. Mengunci siku lawan
   D. Menahan siku lawan dari atas bahu
3. Pesilat A menyikut ke belakang dengan siku tangan kiri dan pesilat B menangkis dan menangkap siku pesilat A. Gerakan ini merupakan ... .
   A. Mengunci lawan dari luar tangan
   B. Mengunci lawan dari tangan dalam
   C. Mengunci siku lawan
   D. Menahan siku lawan dari atas bahu
4. Melakukan tangkisan dengan tangan kanan ke arah luar dan tangan yang digunakan untuk menangkis langsung di pukulkan kehidung lawan. Gerakan ini merupakan pengembangan dari teknik ... .
   A. Menangkis dari tendangan lawan
   B. Mengelak dari pukulan lawan
   C. Mengembangkan taktik bela serang
   D. Menangkis dari pukulan lawan
5. Pada saat lawan mengubah posisi serang dengan pukulan siku pada bagian ulu hati disusul dengan tendangan samping. Gerakan ini merupakan pengembangan taktik ... .
   A. Menggoyahkan pertahanan lawan
   B. Mengembangkan taktik bela serang
   C. Mengembangkan taktik tangkis serang
   D. Mengembangkan taktik pukul hinder

II. Uraian

1. Sebutkan berbagai variasi dan kombinasi gerak spesifik pencaksilat!
2. Jelaskan cara melakukan berbagai variasi dan kombinasi gerak spesifik pencaksilat!
3. Jelaskan variasi dan kombinasi gerak spesifik pencak silat untuk meningkatkan kemampuan bertahan!

LIVEWORKSHEETS