

SOAL PAS PE GRADE IX

1. Dalam sepakbola itu teknik yang digunakan untuk melewati pemain lawan dengan menggunakan punggung kaki disebut dengan
 - a. Menggiring bola
 - b. Menghentikan bola
 - c. Menendang bola
 - d. Mengoper bola
2. Pemain yang melakukan pelanggaran di area gawang akan terkena hukuman
 - a. Tendangan penalti
 - b. Tendangan bebas langsung
 - c. Tendangan Bebas tidak Langsung
 - d. Tendangan sudut
3. Postur yang benar pada saat menghentikan bola dengan telapak kaki dalam pertandingan sepak bola yakni cenderung kearah
 - a. Depan
 - b. Belakang
 - c. Samping kiri
 - d. Samping kanan
4. Tujuan utama menerapkan pola serangan dalam pertandingan sepak bola adalah
 - a. Tubuh sehat
 - b. Permainan menjadi kreatif
 - c. Masukkan bola ke gawang lawan
 - d. Pertahankan tujuan agar tidak kebobolan
5. Sikap otot leher yang benar dalam teknik dasar menyundul bola adalah
 - a. di keraskan
 - b. dikendorkan
 - c. dilenturkan
 - d. dilemaskan
6. Tampilan telapak tangan pada saat melakukan servis bola voli adalah
 - a. Bagian atas bola
 - b. Bagian depan bola
 - c. Bagian samping bola
 - d. Bagian bawah bola
7. Arah yang benar untuk melakukan smash agar masuk kedalam lapangan lawan dan mendapatkan poin adalah
 - a. Ke atas agak ke belakang
 - b. Ke atas ke samping
 - c. ke arah bawah
 - d. ke atas agak lurus
8. Sentuhan bola yang tepat untuk melintasi net dalam permainan bola voli yakni bagian
 - a. Pergelangan tangan sampai sikut
 - b. Genggaman tangan
 - c. Pada sikut
 - d. Lengan bagian atas
9. Arah kedua kaki benar pada saat melakukan smash bola voli adalah
 - a. Ke depan lurus
 - b. Ke atas tegak lurus
 - c. Ke atas ke depan
 - d. Ke samping
10. Gerakan yang tepat dari kedua lengan dalam melakukan smash dalam permainan bola voli adalah
 - a. Di ayun ke depan atas
 - b. Diayun ke depan bawah
 - c. Di ayun ke samping atas
 - d. Diayun ke samping bawah