Latihan Soal Uts
Pjok kelas 4

AUGUST 26

Hanifah Fauziah
Pjok kelas 4

LIVEWORKSHEETS

Jawablah Pertanyaan di bawah ini dengan memilih jawaban yang paling tepat !

1. Salah satu nomor lompat dalam nomor olahraga atletik adalah …
a. Lempar Lembing
b. Lempar Cakram
c. Lompat Jauh
d. Tolak peluru

2. Alat yang berbentuk seperti tombak dengan sudut tajam disalah satu ujungnya merupakan salah satu alat yang digunakan pada cabang olahraga …
a. Cakram
b. Lembing
c. Peluru
d. Roket

3. Dibawah ini yang termasuk permainan bola kecil adalah …
a. Sepak bola
b. Basket
c. Voli
d. Kasti

4. Di bawah ini yang termasuk teknik dasar bermain kasti adalah…
a. Menendang Bola
b. Menghentikan Bola
c. Mengoper Bola
d. Memukul Bola

5. Banyak nya pemain dalam satu regu pada permainan bola kasti adalah ..
a. 6
b. 10
c. 11
d. 12

LIVEWORKSHEETS

6. Seorang kipper melempar bola kea rah pemain tanpa berpindah tempat.berarti kipper telah melakukan gerakan..
a. Lokomotor
b. Manipulatif
c. Variasi
d. Non lokomotor

7. Cabang olahraga yang terdiri dari jalan,lari,lempar,lompat disebut..
a. Senam lantai
b. Senam irama
c. Atletik
d. sepakbola

8. - Posisi awal bersiap dan melakukan awalan lari - Salah satu tangan memegan roket -Melakukan lari pelanmdan lari cepat,kemudian melakukan tolakan tepat di belakang garis batas tolakan -Lempar roket sekuat-kuatnya agar lemparan jauh Urutan diatas,merupakan urutan melakukan gerakan …
a. Lompat Jauh
b. Lempar roket
c. Lari jarak jauh
d. Menangkap Bola

9. Pemain kasti terdiri dari 2 regu yaitu …
a. Pemukul dan penjaga
b. Pemukul dan penangkap
c. Pelari dan pemukul
d. Kawan dan lawan

10.Induk organisasi atletik seluruh Indonesia adalah…
a. PBSI
b. BWF
c. PASI
d. PRSI

LIVEWORKSHEETS

SELAMAT MENGERJAKAN

LIVEWORKSHEETS