SMA N 1 PADANG SAGO

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)



Nama :

Kelas :

No. Absen :

LIVEWORKSHEETS

1.Untuk mempermudah penguasaan bola oleh teman, arah umpan pendek yang yang baik adalah...

- rata dengan tanah
- Setinggi Perut
- Setinggi Dada
- Tinggi Arah

2. Tendangan ke arah gawang untuk menghasilkan gol dari luar kotak penalti, sebaiknya dilakukan dengan kaki bagian....

- Dalam
- Punggung
- Bawah Depan
- Bawah Belakang

3. Kontrol bola yang baik adalah....

- Dekat dengan lawan
- Dekat dengan Teman
- Dekat dengan Badan
- Dekat dengan Garis

LIVEWORKSHEETS

ESSAY

4. Blocking atau membendung bola dalam permainan bola voli, selain untuk mematahkan serangan lawan, juga untuk mematikan permainan lawan. Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam melakukan block, antara lain...

LIVEWORKSHEETS