

PENILAIAN SUMATIS AKHIR SEMESTER GANJIL
MATA PELAJARAN PJOK

KELAS :

SOAL PILIHAN GANDA PJOK

PILIH JAWABAN YANG PALING BENAR !

1. Permainan kasti termasuk permainan bola

2. Salah satu Teknik dasar dalam permainan kasti adalah

3. teknik gerakan lari dalam permainan kasti ada 2 yaitu

4. Salah satu cara untuk mematikan lawan dalam permainan kasti adalah

5. Dalam permainan kasti, tim penjaga yang mampu menangkap bola lambung secara langsung akan mendapatkan poin

6. Dalam melakukan permainan kasti kita terlebih dahulu melakukan pemanasan, pemanasan ini bertujuan untuk

7. Dalam permainan kasti dimainkan oleh 2 tim yaitu

8. Dibawah ini yang tidak termasuk kedalam perlengkapan permainan bola kasti

9. Berikut ini yang bukan merupakan gerak dalam permainan bola kasti

10. Berapa lama waktu permainan bola kasti

SOAL BENAR SALAH

Beri tanda B pada kotak di samping jika pernyataan tersebut benar, dan tanda S jika pernyataan tersebut salah.

NO	SOAL	BENAR	SALAH
1	Lama istirahat dalam permainan bola kasti yaitu 10 menit		
2	Teknik dasar dalam permainan bola kasti adalah melempar, menangkap, memukul		
3	Nilai yang diberikan pada regu penjaga bila berhasil menangkap bola pukul secara langsung sebelum bola jatuh ke tanah yaitu 1		
4	Berikut ini bukti bahwa permainan kasti mendukung kebugaran jasmani siswa adalah Membutuhkan tenaga yang ekstra baik saat memukul bola		
5	Nama lain menangkap bola menyusur tanah adalah bola bawah		
6	ayunkan tongkat pemukul ke samping kiri bagian atas dan pukulan sekuat tenaga merupakan cara melakukan pukulan mendatar		
7	pada saat melempar bola dalam permainan kasti posisi kaki pelempar adalah dibuka lebar		

8	Posisi tangan saat menangkap bola lambung dalam permainan kasti adlah depan badan		
9	Jumlah pemain kasti dalam 1 regu adalah 10 orang		
10	Nilai yang diberikan jika pukulan dari regu pemukul betul dan dapat lari ke base 1 dan 2, serta dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat tanpa terhalang pemukul berikutnya yaitu 3		

SOAL MENJODOHKAN

1	Lapangan bola kasti berbentuk
2	Posisi tangan saat memegang pemukul adalah
3	Permainan bola kasti menggunakan alat pemukul yang terbuat dari
4	Cara menangkap bola harus disesuaikan dengan
5	Tujuan memukul bola dengan keras dalam permainan kasti adalah

Tim pemukul mendapat 2 poin

Untuk menghasilkan pukulan yang jauh

Bola di lempar ke pelari yang akan hinggap di base

Persegi panjang

Mendatar, melambung, menyusur tanah

6	Jika pemukul langsung mencapai ruang bebas tanpa hinggap yang terjadi adalah
7	Jenis pukulan dalam permainan kasti adalah
8	Cara mematikan lawan yang benar yaitu
9	Cara mematikan atau mendapat poin bagi tim penjaga yaitu
10	Cara mendapatkan poin untuk tim penjaga

Membakar base dan melempar bola ke pelari
kayu
2 jenis
Arah datangnya bola
Dipegang oleh salah satu tangan