

PEMBELAJARAN OLAHRAGA KELAS 2 SD

1. Apa manfaat olahraga bagi tubuh kita?
 - A) Membuat tubuh kita sakit
 - B) Membuat tubuh kita lemah
 - C) Membuat tubuh kita sehat dan kuat
 - D) Membuat tubuh kita Lelah

2. Apa yang harus kita lakukan sebelum melakukan olahraga?
 - A) Makan banyak makanan
 - B) Minum banyak air
 - C) Pemanasan
 - D) Tidur siang

3. Apa jenis olahraga yang dapat meningkatkan kekuatan otot?
 - A) Berlari
 - B) Berenang
 - C) Mengangkat beban
 - D) Bermain sepak bola

4. Apa yang harus kita lakukan setelah melakukan olahraga?
 - A) Makan banyak makanan
 - B) Minum banyak air
 - C) Pendinginan
 - D) Tidur siang

5. Apa manfaat berlari bagi tubuh kita?

- A) Membuat tubuh kita lemah
- B) Membuat tubuh kita sakit
- C) Meningkatkan kekuatan jantung dan paru-paru
- D) Mengurangi kemampuan akademik

Essai

1. Apa yang harus kita kenakan saat bermain sepak bola?

Jawaban :

2. Apa yang harus kita lakukan jika kita merasa lelah saat berolahraga?

Jawaban :

3. Apa manfaat olahraga?

Jawaban :