

**ASTS PJOK KELAS VII
SMP WACHID HASJIM 9 SEDATI
TAHUN AJARAN 2025/2026**

KELAS :

NO. PESERTA :

KERJAKAN SOAL DI BAWAH INI DENGAN TEPAT DAN TELITI!

1. Gerakan passing atas dalam bola voli dilakukan dengan menggunakan bagian ...

2. Posisi kedua kaki saat melakukan passing atas yang benar adalah ...

3. Bagian tubuh yang digunakan untuk melakukan passing bawah adalah ...

4. Tujuan utama melakukan passing atas adalah ...

5. Posisi kedua lengan saat melakukan passing bawah adalah ...

6. Sikap awal passing bawah dilakukan dengan posisi ...

7. Bola yang datang di atas kepala setinggi wajah sebaiknya diterima dengan ...

8. Passing bawah sering disebut juga dengan ...

9. Passing atas sering disebut juga dengan ...

10. Agar bola tidak berputar saat melakukan passing atas, maka

BENAR-SALAH

Berikan tanda centang (✓) pada kolom B apabila benar, atau S apabila salah berdasarkan pernyataan berikut

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Kesalahan yang sering terjadi pada passing bawah adalah bola mengenai jari		
2	Passing bawah yang baik dilakukan dengan menggerakkan lengan dan bahu		
3	Pandangan mata saat melakukan passing atas harus mengarah ke bola		
4	Passing bawah umumnya digunakan untuk menerima bola servis		
5	Posisi tangan saat melakukan passing bawah yang benar adalah di genggam dan dirapatkan		
6	Passing atas dilakukan jika bola datang rendah dan cepat		
7	Passing bawah dilakukan jika bola datang tinggi diatas kepala		
8	Gerakan akhir passing bawah adalah kaki dirapatkan		
9	Passing atas dapat melatih koordinasimata dan leher		
10	Saat melakukan passing bawah, perkenaan bola yang benar adalah dekat siku		

MENJODOHKAN

Jodohkanlah pernyataan berikut dengan tepat

Passing atas sangat penting untuk memudahkan teman melakukan	Mengarahkan bola
Passing bawah disebut juga teknik	Smash
Pada saat melakukan passing atas, posisi jari-jari membentuk	Rendah dan cepat
Passing bawah digunakan dalam keadaan bola	Segitiga atau mangkuk
Passing atas biasanya dilakukan dengan tujuan	Mengangkat bola untuk serangan
Posisi badan saat melakukan passing atas adalah	Sedikit menekuk lutut dan badan rileks
Kesalahan umum dalam passing atas adalah	Bola mengenai telapak tangan
Passing bawah biasanya dilakukan dengan teknik	Mengatur serangan tim
Passing atas dan passing bawah bertujuan untuk	Lengan bawah dirapatkan dan lurus
Salah satu kesalahan passing bawah adalah	Bola mengenai jari tangan