

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 dulu 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, da 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 memangkap 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 sekutu 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 adalah 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	Tim pemukul mendapat 2 poin
2	Posisi tangan saat memegang pemukul adalah	Untuk menghasilkan pukulan yang jauh
3	Permainan bola kasti menggunakan alat pemukul yang terbuat dari	Bola di lempar ke pelari yang akan hinggap di base
4	Cara menangkap bola harus disesuaikan dengan	Persegi panjang
5	Tujuan memukul bola dengan keras dalam permainan kasti adalah	Mendarat, melambung, menyusur tanah

6	Jika pemukul langsung mencapai ruang bebas tanpa hinggap yang terjadi adalah	Membakar base dan melempar bola ke pelari
7	Jenis pukulan dalam permainan kasti adalah	kayu
8	Cara mematikan lawan yang benar yaitu	2 jenis
9	Cara mematikan atau mendapat poin bagi tim penjaga yaitu	Arah datangnya bola
10	Cara mendapatkan poin untuk tim penjaga	Dipegang oleh salah satu tangan