

Kuis Pemasangan Kata: PJOK

Petunjuk:

Pasangkanlah kolom A dengan kolom B sesuai dengan pengertian atau keterkaitannya.

Kolom A (Istilah)
Pemanasan
Sepak Bola
Push-Up
Helm
Lari Jarak Pendek
Kebugaran Jasmani
Keseimbangan
Senam Lantai

Penjelasan
Menghindari cedera sebelum olahraga
Gerakan mengangkat dan menurunkan badan dengan lengan
Alat pelindung kepala saat bersepeda
Olahraga dengan menggunakan bola dan gawang
Kemampuan tubuh melakukan aktivitas fisik tanpa kelelahan berlebihan
Latihan melatih otot inti, sering dilakukan di atas matras
Gerakan cepat pada lintasan pendek
Kemampuan menjaga posisi tubuh agar tidak jatuh