

Soal & Jawaban STS/PTS/UTS PJOK Kelas 4 Semester Ganjil Kurikulum Merdeka

1. Bola basket disebut juga permainan

a. bola tangan

b. bola kaki

c. bola kecil

d. bola besar

2. Melempar bola basket langsung ke keranjang lawan disebut teknik

a. dribbling

b. passing

c. pivot

d. shooting

3. Supaya dapat melempar atau mengoper bola basket dengan baik terlebih dahulu yang harus dikuasai adalah

a. menangkap bola

b. memasukkan bola ke keranjang

c. memegang bola

d. mengontrol bola

4. Bagian kaki yang menyentuh permukaan bola ketika menendang adalah

a. alas kaki

b. telapak kaki

c. mata kaki

d. punggung kaki

5. Tujuan dari mengontrol/menghentikan bola dengan kaki bagian dalam adalah untuk

- a. mengontrol bola yang datangnya datar
- b. mengontrol bola lambung
- c. mengontrol bola umpan dari jarak jauh

d. mengontrol bola umpan dari jarak sedang

6. Seorang pemain menyerang berhasil memasukkan bola ke gawang dengan menggunakan kepala hasil dari umpan silang pemain sayap. Namun gol tersebut dinyatakan tidak sah, padahal hakim garis tidak mengangkat bendera. Kemungkinan yang terjadi adalah

- a. terjebak off side
- b. menendang penjaga gawang

c. bola telah keluar sebelum diumpan

- d. melakukan pelanggaran terhadap pemain lawan

7. Perhatikan gambar di bawah ini!



Kombinasi gerak yang dilakukan anak tersebut yaitu

a. melambungkan bola dan passing bawah

- b. melambungkan bola dan passing atas
- c. melambungkan bola dan memukul bola atas
- d. melambungkan bola dan memukul bola bawah

8. Kedua kaki terbuka, lutut agak ditekuk, kedua lengan ditekuk di samping kepala kemudian luruskan kedua lengan ke atas. Pernyataan tersebut merupakan gerakan

- a. servis
- b. passing bawah

c. passing atas

- d. smash

9. Pukulan dalam bulu tangkis yang bertujuan untuk memukul bola sekeras-kerasnya dan jatuhnya bola dengan menikik tajam di lapangan lawan disebut

a. lob

b. smash

c. drop shot

d. drive

10. Pukulan pertama untuk memulai pertandingan bulu tangkis disebut

a. lob

b. smash

c. drop shot

d. servis

11. Servis yang dilakukan dengan memukul kok dari bawah dan diarahkan ke bagian belakang atas lapangan permainan lawan disebut servis

a. long

b. drive

c. lob

d. pendek

12. Gresyia Pollii dan Apriyani Rahayu berhasil meraih medali emas di ajang Olimpiade cabang bulu tangkis. Kekompakan gerakan kaki yang gesit dan penempatan bola yang baik menjadi kunci kesuksesan mereka. Gerakan kaki tersebut dikenal dengan

a. pressing

b. footwork

c. network

d. freewalk

13. Tujuan variasi langkah kaki dalam permainan tenis meja adalah

- a. dapat menangkap bola
- b. mengelilingi meja dengan cepat
- c. dapat mengejar bola dengan cepat
- d. dapat menghindari laju bola

14. Perhatikan langkah-langkah berikut!

- 1. Pegang bola dengan tangan kiri, dan tangan kanan memegang bet.
- 2. Lemparkan bola ke atas dengan ketinggian tertentu.
- 3. Ketika bola turun, segera pukul tepat di tengah bet.

Urutan langkah tersebut dilakukan untuk

- a. memukul bola
- b. menerima bola
- c. menangkap bola
- d. melempar bola

15. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar tersebut menunjukkan gerakan

- a. pukulan servis
- b. pukulan forehand
- c. pukulan backhand
- d. pukulan smash

16. Menggiring bola pada permainan bola basket menggunakan ... tangan.

Jawab : Satu

17. Menggiring bola menggunakan tangan merupakan teknik dasar dalam permainan

Jawab : Bola basket

18. Menendang bola dengan ujung kaki bertujuan untuk memberi umpan

Jawab : Jarak jauh

19. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gambar tersebut merupakan gerak ... bola dengan dada.

Jawab : Menerima

20. Servis yang dilakukan dengan cara melambungkan bola ke atas lalu memukulnya disebut dengan

Jawab : Service atas

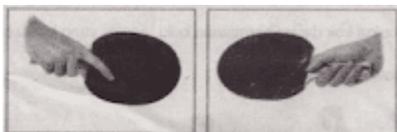
21. Posisi raket saat melakukan pukulan smash pada permainan bulu tangkis menghadap...

Jawab : Menghadap ke net

22. Pukulan yang bertujuan untuk menempatkan bola secepatnya dan dekat dengan net pada lapangan lawan disebut pukulan

Jawab : Netting

23. Perhatikan gambar di bawah ini:



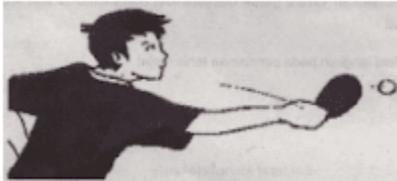
Teknik memegang bet seperti berjabat tangan pada gambar di atas disebut juga dengan...

Jawab : Shakehand Grip

24. Pukulan permulaan dimulainya permainan tenis meja disebut

Jawab : Service

25. Perhatikan gambar di bawah ini!



Gerak pada gambar tersebut merupakan variasi gerak dasar

Jawab : Backhand

26. Perhatikan gambar di bawah ini!



Jelaskan dengan singkat cara melakukan gerakan bounce pass seperti pada gambar tersebut!

Jawab :

Salah satu kaki maju ke depan. Menekuk lutut dan tumpukan berat badan di antara kedua kaki. Condongkan badan ke depan dan buat tubuh lebih rileks agar tetap seimbang. Dorong bola ke arah lantai dengan sasaran.

27. Sebutkan tiga gerak dasar manipulatif dalam permainan sepak bola!

Jawab : Melempar, menangkap, menggiring, menendang, memantul-mantulkan bola, melambungkan.

28. Sebutkan 3 gerak memukul kok dalam permainan bulu tangkis yang kamu ketahui!

Jawab : Pukulan service, pukulan smash, pukulan dropshot.

29. Perhatikan gambar di bawah ini!



Tulislah cara melakukan variasi gerak menjatuhkan dan memukul kok seperti pada gambar tersebut!

Jawab : Berdiri tegak, kaki kiri didepan dan kaki kanan dibelakang. Jatuhkan kok dan pukul dari bawah ke atas.

30. Sebutkan 4 variasi langkah pada permainan tenis meja!

Jawab : Side to side footwork, One Step Footwork, In-out Footwork.