

KUNCI JAWABAN CONTOH SOAL PSAJ PJOK

Pilihan Ganda

B 11.	A 21.	D 31.	C
B 12.	C 22.	A 32.	D
B 13.	A 23.	D 33.	C
C 14.	C 24.	D 34.	B
B 15.	A 25.	C 35.	D
C 16.	D 26.	B 36.	B
C 17.	C 27.	D 37.	B
D 18.	A 28.	A 38.	D
D 19.	B 29.	B 39.	C
A 20.	B 30.	B 40.	C

Uraian

Gerak spesifik permainan bola basket :

Passing, dribling, shooting, pivot, under basket

Cara menerima tongkat cara visual :

Penerima melihat ke belakang

Tangan diluruskan ke belakang dengan telapak tangan menghadap ke atas, ke empat jari rapat, dan ibu jari terbuka

Waktu tangan diulurkan ke belakang, tangan jangan goyang atau bergerak

Agar tidak melewati batas pergantian tongkat, hendaknya start dilakukan 10 m sebelum garis batas pertukaran tongkat

Kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti

Gerakan senam lantai

Guling depan, guling belakang, meroda, sikap lilin, tiger sprong, flik flak, kayang, hand stand, hand spring, kop stand, head stand.

Cara peretolongan pertama pada korban pingsan

Baringkan orang tersebut secara telentang

Tinggikan atau angkat kaki orang tersebut (bisa ditahan dengan sesuatu, asal letak kaki tinggi) agar aliran darah ke otak kembali normal.

Kendurkan bagian pakaian yang ketat, seperti membuka kancing celana atau kancing kemeja

Goyangkan tubuhnya dengan kuat, tepuk-tepuk, atau bangunkan dengan suara

Jika orang tersebut tidak merespon, segera hubungi petugas medis