

CONTOH SOAL PAS PJOK KELAS 3 SEMESTER 1

1. Menendang bola adalah gerakan dasar permainan

- A. Sepak Bola
- B. Bola Voly
- C. Bola Basket

Jawaban A

2. Posisi awal ketika jalan berada di posisi, yaitu tegak

- A. Kembali
- B. Rumah
- C. Sisi kanan

Jawaban C

3. Ketika kita berolahraga secara rutin, tubuh kita menjadi

- A. Besar
- B. Tipis
- C. Sehat

Jawaban C

4. Sikap awal dalam gerakan jalan ditempat adalah

- A. Berdiri tegak
- B. Jongkok
- C. Duduk

Jawaban A

5. Kegiatan yang harus dilakukan saat tubuh merasa lelah adalah

- A. Mandi
- B. Beristirahat
- C. Berolahraga

Jawaban B

6. Permainan lompat tali melatih

- A. Kelincahan dan koordinasi
- B. Kekuatan
- C. Kecepatan

Jawaban A

7. Lompat tali perorangan menggunakan kombinasi memutar tangan dan

- A. Melompat
- B. Berlari
- C. Menunduk

Jawaban A

8. Suatu gerakan gabungan antara satu sama lain berarti

- A. Kombinasi Gerakan
- B. Campuran gerakan
- C. Kumpulkan gerakan

Jawaban A

9. Sebelum melakukan olahraga permainan sepak bola, kita harus

- A. Pemanasan
- B. Pendinginan
- C. Berlari

Jawaban A

10. Melompat bisa membuat otot-otot kaki

- A. Kencang
- B. Kendur
- C. Lemas

Jawaban A

11. Perbedaan antara berlari dan berjalan adalah....

- A. Cara tendangan kaki
- B. Langkahnya
- C. Tubuh bersandar

Jawaban B

12. Manfaat istirahat adalah

- A. Membuat tubuh lelah
- B. Melemaskan tubuh
- C. Menyegarkan tubuh

Jawaban C

13. Melempar bola adalah gerakan dasar permainan

- A. Sepak Bola
- B. Bola Voly
- C. Bola Basket

Jawaban C

14. Kegiatan dibawah ini yang termasuk bentuk istirahat adalah

- A. Tidur
- B. Berolahraga
- C. Belajar

Jawaban A

15. Memukul bola adalah gerakan dasar permainan

- A. Sepak Bola
- B. Bola Voly
- C. Bola Basket

Jawaban A

16. Olahraga diwaktu luang dapat membuat tubuh

- A. Sehat
- B. Lelah
- C. Sakit

Jawaban A

17. Permainan yang menggunakan kombinasi gerak berjalan dan berlari

- A. Sondah
- B. Galasin
- C. Ular naga

Jawaban B

18. Jajanan sehat dijual di tempat yang ...

- A. Kumuh
- B. Bersih
- C. Kotor

Jawaban B

19. Gerakan memutar badan berfungsi melatih

- A. Kekuatan
- B. Kelenturan
- C. Kecepatan

Jawaban B

20. Contoh gerakan melatih kelenturan adalah

- A. Berlari
- B. Melompat
- C. Meliukkan badan

Jawaban C

Demikianlah artikel terkait kumpulan [soal PAS PJOK kelas 3](#) semester 1 Kurikulum 2013 Tahun Pelajaran 2022/2023, beserta [kunci jawaban](#) yang dapat dijadikan sebagai latihan sebelum [PAS](#) dilaksanakan.***

**Disclaimer*

1. Konten ini dibuat untuk siswa atau orang tua dalam proses evaluasi belajar dalam menemukan [soal](#) dan [kunci jawaban](#).
2. Artikel ini tidak mutlak menjamin kebenaran jawaban.
3. Jawaban bersifat terbuka, dimungkinkan bagi guru atau siswa mengeksplorasi jawaban lain yang lebih baik.