

SOAL PAT PJOK KELAS 9 SEMESTER 2

1. Berdiri dengan 1 kaki merupakan latihan untuk...

- a. kecepatan
- b. keseimbangan
- c. kekuatan
- d. kelenturan

Jawaban B

2. Senam kesegaran jasmani termasuk dalam...

- a. senam irama
- b. senam alat
- c. senam lantai
- d. senam ketangkasan

Jawaban A

3. Dibawah ini adalah gaya renang ,kecuali...

- a. gaya bebas
- b. gaya batu
- c. gaya dada
- d. gaya punggung

Jawaban B

4. Lari bergantian dengan menggunakan media tongkat disebut...

- a. sprint
- b. estafet
- c. menengah
- d. maraton

Jawaban B

5. Bela diri yang diciptakan dinegara Indonesia adalah...

- a. karate
- b. pencak silat
- c. gulat
- d. judo

Jawaban B

6. Nama lain berdiri dengan kedua tangan dalam senam lantai adalah...

- a. kopstand
- b. kayang
- c. handstand
- d. meroda

Jawaban B

7. Cara memegang cakram yang benar yaitu lingkaran cakram dikait oleh...

- a. ruas jari tengah
- b. ruas ujung jari
- c. ruas ibu jari
- d. ruas jari kelingking

Jawaban B

8. Renang gaya dada sering disebut juga dengan...

- a. gaya bebas
- b. gaya katak
- c. gaya punggung
- d. gaya batu

Jawaban B

9. Menembak sambil melayang dalam pertandingan bola basket dinamakan...

- a. jump shoot
- b. lay up shoot
- c. passing
- d. pivot

Jawaban A

10. Di bawah ini yang merupakan cabang olahraga atletik yaitu...

- a. tinju
- b. catur
- c. lompat jauh
- d. tenis

Jawaban C

11. Kejayaan dunia bulu tangkis untuk putra dinamakan...

- a. Jarum Super championship
- b. Sudirman Cup
- c. Thomas Cup
- d. Uber Cup

Jawaban C

12. Di bawah ini olahraga yang hanya dapat dimainkan satu lawan satu adalah...

- a. catur
- b. bulutangkis
- c. volley
- d. pencak silat

Jawaban A

13. Roll kip merupakan istilah gerakan senam lantai untuk...

- a. loncat harimau
- b. guling depan
- c. guling lenting
- d. kayang

Jawaban C

14. Induk organisasi tenis meja nasional yaitu...

- a. PTMI
- b. PTMN
- c. PTMSI
- d. PTSI

Jawaban C

15. Perpindahan servis pada permainan tenis meja terjadi jika jumlah poin kelipatan...

- a. 2
- b. 3
- c. 4
- d. 5

Jawaban D

16. Dalam permainan ganda tenis meja, bola dipukul secara...

- a. bergantian
- b. lurus
- c. menyilang
- d. sembarang

Jawaban A

17. Sikap berdiri dengan tangan pada senam lantai dinamakan...

- a. hand kip
- b. hand stand
- c. hand spring
- d. standing

Jawaban B

18. Sikap badan telentang yang membusur bertumpu pada kedua tangan dan kaki dengan siku-siku dan lutut lurus adalah sikap...

- a. loncat harimau
- b. guling depan
- c. guling lenting
- d. kayang

Jawaban D

19. Bentuk lapangan kasti yaitu...

- a. segi tiga
- b. segi empat
- c. segi lima
- d. segi enam

Jawaban B

20. Untuk melatih kelincahan, latihan yang dilakukan ialah lari...

- a. jarak jauh
- b. cepat
- c. zig-zag
- d. pagi

Jawaban C

21. Permainan sepak bola dimulai dengan tendangan yang sering disebut...

- a. corner kick
- b. free kick
- c. kick off
- d. off side

Jawaban C

22. Penambahan waktu yang dilakukan oleh wasit jika terjadi ada pemain yang terluka (cedera) disebut...

- a. on time
- b. next time
- c. last time
- d. injury time

Jawaban D

23. Rotasi pemain bola voli jika terjadi pindah bola dinamakan...

- a. ke arah depan
- b. ke arah belakang
- c. berlawanan arah jarum jam
- d. searah jarum jam

Jawaban D

24. Pencak silat yang diajarkan di sekolah memiliki unsur...

- a. bela diri
- b. olahraga
- c. pendidikan
- d. perjuangan

Jawaban C

25. Posisi tangan yang benar ketika melakukan posisi awal gerakan pencak silat adalah...

- a. menyilang di depan dada
- b. lurus ke samping
- c. lurus ke depan
- d. sikap rileks

Jawaban A

26. Nomor-nomor lari cepat cabang atletik ialah sebagai berikut :

- a. 100 m, 200 m dan 300 m.
- b. 100 m, 300 m dan 400 m
- c. 100 m, 200 m dan 400 m
- d. 200 m, 300 m dan 400 m

Jawaban C

27. Permainan bola basket pertama kali ditemukan oleh...

- a. Tony When
- b. James A.Naismith
- c. James Morgan
- d. George weah

Jawaban B

28. Start renang yang dilakukan dari tempat start bawah adalah renang gaya...

- a. bebas
- b. dada/katak
- c. kupu-kupu
- d. punggung

Jawaban D

29. Tahapan gerakan tangan renang gaya bebas yang benar setelah meluncur adalah...

- a. pull - push – recovery
- b. push - pull – recovery
- c. pull - recovery – push
- d. recovery - push – pull

Jawaban A

30. Dibawah ini yang bukan perlengkapan untuk renang adalah...

- a. Sepatu
- b. kacamata renang
- c. topi
- d. sandal

Jawaban B

Demikianlah artikel 30 contoh [soal PAT PJOK](#) kelas 9 Kurikulum 2013 Tahun Pelajaran 2022/2023, beserta [kunci jawaban](#) yang dapat dijadikan sebagai latihan sebelum [PAT](#) 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.

