

## SOAL PAT PJOK KELAS 2 SEMESTER 2

1. Pemanasan sebelum melakukan olahraga agar badan...

- a. Sehat
- b. Siap melakukan olahraga
- c. Kuat

Pembahasan : sebelum olahraga kita melakukan pemanasan agar badan siap bergerak

Jawaban : B

2. Pendinginan dilakukan setelah anak-anak melakukan...

- a pemanasan
- b. Pendataan
- c olahraga

Pembahasan : setelah olahraga kita melakukan pendinginan

Jawaban : C

3. Yang termasuk gerakan pemanasan adalah...

- a. Anggukan kepala
- b. Loncat tegak
- c. Loncat ke depan

Pembahasan : salah satu gerak dalam pemanasan adalah menganggukkan kepala

Jawaban : A

4. Gerakan senam berirama sebaiknya dilakukan dengan wajah...

- a serius
- b. Sedih
- c. Senyum

Pembahasan : saat senam kita harus ceria

Jawaban : C

5. Senam pagi yang kita lakukan setiap Minggu dapat menjadikan tubuh...

- a. Sehat
- b. Kuat
- c. Gembira

Pembahasan : dengan senam maka tubuh akan sehat

Jawaban : A

6. Pada saat berjalan posisi tangan...

- a. Melenggang
- b. Diam
- c. Ditekuk

Pembahasan : saat berjalan maka posisi tangan melenggang

Jawaban : A

7. Gerakan sit up untuk melatih otot...

- a. Kaki
- b. Perut
- c. Lengan

Pembahasan : sit up bisa melatih otot perut

Jawaban : B

8. Ketika berjalan ayunan tangan ke arah...

- a. Bergantian
- b. Atas bawah
- c. Depan belakang

Pembahasan : saat berjalan tangan mengayun ke depan belakang

Jawaban : C

9. Ketika melakukan gerakan naik turun tangga pandangan ke arah...

- a. Atas
- b. Depan
- c. Bawah

Pembahasan : saat naik turun tangga maka pandangan mata ke atas

Jawaban :A

10. Pelampung digunakan saat kita berlatih...

- a. Senam
- b. Sepak bola
- c. berenang

Pembahasan : saat baru belajar berenang kita memakai pelampung

Jawaban : C

Demikian pembahasan soal dan [kunci jawaban](#) yang bisa dipelajari untuk membantu siswa dalam menghadapi ujian.

*Disclaimer :*

*- artikel ini dibuat untuk membantu siswa dalam belajar.*

*- soal dalam artikel ini sesuai dengan materi kurikulum 2013 Kemdikbud dan belum tentu akan muncul saat ujian.*

*- artikel ini tidak memiliki menjamin kebenaran jawaban 100 persen. \*\*\**