

SOAL UAS PJOK KELAS 6 SEMESTER 2 DAN KUNCI JAWABAN

Pilihlah salah satu jawaban yang paling tepat pada pilihan A, B, C dan D di bawah ini!

1. Pada permainan sepakbola, untuk menendang jarak jauh perkenaan bagian kaki dengan bola yang tepat adalah

- A. Punggung kaki
- B. Kaki bagian dalam
- C. Kaki bagian luar
- D. Ujung kaki bagian dalam

Jawaban: D

2. Pada permainan sepakbola, teknik menghentikan bola yang tepat apabila bola datang dari arah depan melambung

- A. Menghentikan bola dengan dada
- B. Menghentikan bola dengan tumit
- C. Menghentikan bola dengan paha
- D. Menghentikan bola dengan telapak kaki

Jawaban: A

3. Pada permainan sepak bola, ketika bola keluar lapang lewat garis belakang dan terakhir bola menyentuh pemain bertahan, maka keputusan wasit adalah

- A. Tendangan gawang
- B. Lemparan ke dalam
- C. Tendangan sudut

D. Tendangan bebas

Jawaban: C

4. Pada permainan sepakbola teknik menendang dengan kaki bagian dalam, digunakan pada saat

- A. Mengoper jarak jauh
- B. Mengoper jarak jarak dekat
- C. Menendang jarak jauh
- D. Menendang bola tinggi

Jawaban: B

5. Di bawah ini bukan sikap yang benar saat melakukan passing bawah, dalam permainan bola voli

- A. Kedua lengan dirapatkan
- B. Kedua lengan lurus saat kontak dengan bola
- C. Kedua kaki terbuka, lutut ditekuk rileks
- D. Kedua kaki rapat dan lurus, rileks.

Jawaban: D

6. Servis dalam permainan bola voli dinyatakan tidak sah apabila

- A. Bola masuk daerah lawan lewat atas net, tetapi bola menyentuh net
- B. Bola dipukul tangan satu, tetapi kaki menginjak garis belakang
- C. Bola dilempar sebelum dipukul
- D. Melakukan servis setelah bunyi pluit wasit

Jawaban: B

7. Pada permainan bola voli jika terjadi poin 24-24 dalam set tertentu, maka permainan kedua tim akan berakhir pada poin

- A. Poin 24 – 25 C. poin 25 – 27
- B. Poin 25 – 26 D. poin 26 – 27

Jawaban: D

8. Di bawah ini kesalahan yang dilakukan pemain bola basket ketika melakukan dribbling

- A. Mendorong bola dengan satu tangan
- B. Mendorong bola dengan tangan kiri
- C. Mendorong bola dengan dua tangan
- D. Mendorong bola dengan tangan kanan

Jawaban: C

9. Pada permainan bola basket ketika salah satu tim menguasai bola di daerah lawan, kemudian mengoper kembali ke daerah sendiri, maka wasit akan membunyikan pluit. Kejadian di atas dinamakan kesalahan

- A. Back ball C. Travelling
- B. Bloking D. Back over

Jawaban: A

10. Seorang pemain voli saat melakukan smash tangannya menyentuh net, bola masuk ke daerah lawan. Maka keputusan wasit

- A. poin untuk lawan
- B. permainan diulang dengan servis
- C. poin untuk timnya
- D. permainan dilanjutkan sampai bola jatuh

Jawaban: A

11. Salah satu cara menjaga kebersihan diri dilakukan dengan cara

- A. mandi
- B. tidak melakukan aktivitas fisik
- C. jarang keluar rumah
- D. tidak bermain

Jawaban: A

12. Salah satu penyebab penyakit adalah

- A. kotor
- B. bersih
- C. aktivitas fisik
- D. mengeluarkan keringat

Jawaban: A

13. Bahan yang aman digunakan untuk pakaian dalam adalah

- A. katun C. kulit
- B. jeans D. bahan sintetis

Jawaban: A

14. Untuk menjaga kesehatan alat reproduksi sebaiknya menggunakan pakaian dalam yang

- A. ketat C. mahal
- B. longgar D. murah

Jawaban: B

15. Keadaan bersih yang meliputi seluruh anggota tubuh dikenal dengan istilah

- A. kebersihan lingkungan
- B. kebersihan alat reproduksi
- C. kebersihan diri
- D. kebersihan individu

Jawaban: C

16. Selain mandi secara rutin, cara yang dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan alat reproduksi adalah

- A. memakai pakaian jeans
- B. menggunakan pakaian dalam yang bersih dan tidak ketat
- C. mandi dengan menggunakan air bersih
- D. menggunakan pakaian bekas yang belum dicuci

Jawaban: B

17. Berganti pakaian secara rutin dan teratur merupakan salah satu upaya menjaga kebersihan

- A. lingkungan C. sekolah
- B. diri D. rumah

Jawaban: B

18. Berikut ini yang bukan merupakan pentingnya menjaga kebersihan alat reproduksi adalah

- A. menerapkan budaya hidup sehat
- B. terhindar dari penyakit berbahaya
- C. memiliki alat reproduksi yang sehat
- D. agar dipuji orang lain

Jawaban: D

19. Salah satu cara menjaga kebersihan alat reproduksi yang paling sederhana adalah

- A. selalu mandi setiap saat
- B. membilas dengan air sehabis buang air kecil
- C. tidak melakukan aktivitas fisik karena takut berkeringat
- D. selalu membawa banyak pakaian

Jawaban: B

20. Berikut ini yang bukan merupakan cara menjaga kebersihan pakaian adalah

- A. tidak duduk sembarangan
- B. mencuci pakaian

- C. memakai celana berwarna gelap
- D. tidak mau bermain karena takut kotor

Jawaban: D

21. Dalam Permainan Sepakbola, menggiring bola dilakukan dengan

- A. berjalan C. berdiam diri
- B. berlari D. melompat

Jawaban: B

22. Pada saat melakukan smes, harus didahului dengan gerakan

- A. melompat C. berlari
- B. berjalan D. jongkok

Jawaban: A

23. Berlari, melompat, meloncat dan melempar adalah gerakan yang sering dilakukan dalam dasar olahraga

- A. senam C. basket
- B. bela diri D. atletik

Jawaban: C

24. Dalam pertandingan sepakbola, pelanggaran Handball adalah

- A. bola terkena tangan
- B. bola terkena kepala
- C. bola terkena perut
- D. bola terkena paha

Jawaban: A

25. Berikut adalah gerak dasar yang tidak ditemukan dalam permainan kasti adalah

- A. melempar C. berlari
- B. menangkap D. melompat

Jawaban: D

26. Pelempar bola dalam permainan Rounders disebut

- A. pitcher C. batter
- B. catcher D. hitter

Jawaban: A

27. Bentuk Latihan Kasti adalah

- A. segitiga C. segi lima
- B. segi empat D. lingkaran

Jawaban: B

28. Tolak peluru merupakan salah satu cabang atletik yang termasuk dalam nomor

- A. lompat C. jalan
- B. lari D. lempar

Jawaban: D

29. Pada saat melakukan lompat jauh pendaratan dilakukan dengan menggunakan

- A. 2 kaki
- B. 1 kaki
- C. kaki yang terkuat
- D. kedua tangan

Jawaban: A

30. Pada permainan lempar tangkap bola terdapat kombinasi gerak dasar, yaitu

- A. melompat dan berjalan
- B. berlari dan melempar
- C. menangkap dan melempar
- D. berjalan dan mengayun

Jawaban: C

31. Latihan push up bertujuan untuk melatih kekuatan otot

- A. lengan
- B. kaki
- C. leher
- D. perut

Jawaban: A

32. Kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan disebut

- A. kebugaran jasmani
- B. kesehatan jasmani
- C. kekuatan

D. daya tahan

Jawaban: A

33. Cedera yang dialami pada saat olahraga karena tidak melakukan pemanasan dengan benar sebelum olahraga adalah

- A. memar C. kram otot
B. kesleo D. luka

Jawaban: C

34. Cedera yang diakibatkan oleh goresan pada kulit adalah

- A. luka C. memar
B. kram D. kesleo

Jawaban: A

35. Penggunaan nikotin jangka panjang akan menyebabkan penurunan aliran darah ke otak. Zat nikotin banyak terdapat dalam

- A. minuman keras C. kopi dan teh
B. narkoba D. rokok

Jawaban: C

36. Membawa bola dengan cara memantul-mantulkannya hanya dengan satu tangan kanan atau kiri saja dan secara bergantian antara tangan kanan dan kiri disebut variasi gerak dasar dalam bola basket yaitu drible. Nama lain dari drible tangan kanan dan kiri bergantian adalah

- A. one hand C. crossover
B. behind the back D. between the leg

Jawaban: C

37. Pemberian skor bila bola dipukul dengan cara tertentu sehingga si pemukul bisa mengelilingi lapangan, berakhir di home plate dan mencatat skor, tanpa kesalahan oleh tim bertahan dalam permainan rounders disebut

- A. full up C. picher
B. home run D. home base

Jawaban: B

38. Variasai gerak dasar apa saja yang dapat dilakukan dalam permainan rounders yang termasuk dalam gerak manipulatif yang benar dibawah ini

- A. membungkuk dan mengayun
B. mengayun
C. melempar, tangkap, dan pukulan
D. lari dan lompat

Jawaban: C

39. Alat yang digunakan untuk bermain rangkualu terbuat dari

- A. bambu C. tali
B. bola D. karet

Jawaban: A

40. Rangkuvalu adalah permainan tradisional dari Nusa Tenggara Timur, gerakan dalam permainan ini melatih kekuatan otot kaki, gerak dasar atletik yang digunakan dalam permainan ini adalah

- A. berlari C. meloncat
- B. jongkok D. melempar

Jawaban: C

Demikian terkait 40 soal UAS PJOK kelas 6 semester 2 tahun 2023 dan kunci jawaban, contoh soal UAS PJOK kelas 6 semester 2 tahun 2023.