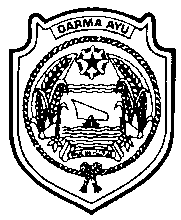
**PEMERINTAH KABUPATEN INDRAMAYU**

**DINAS PENDIDIKAN**

**PENILAIAN AKHIR SEKOLAH (PAS) 2020 /2021**

**KUNCI JAWABAN PENILAIAN AKHIR SEKOLAH (PAS)**

**PJOK KELAS VIII**

1. **Pilihan Ganda**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Jawaban | No | Jawaban | No | Jawaban |
|  | A | 11 | A | 21 | B |
|  | D | 12 | C | 22 | A |
|  | B | 13 | A | 23 | A |
|  | A | 14 | B | 24 | B |
|  | A | 15 | D | 25 | A |
|  | C | 16 | C |
|  | A | 17 | B |
|  | C | 18 | A |
|  | B | 19 | D |
|  | A | 20 | A |

1. **Uraian**

26. Gerakan servis atas bola voli :

a. Berdiri tegak kedua kaki dibuka ke samping

b. satu tangan memegang bola di depan dada

c. lambungkan bola agak kedepan

d. gerakan lengan memukul bola mengayun ke depan

e. Pandangan kearah bola

27. Perbedaan servis panjang dan servis pendek dalam permainan bulutangkis

- Servis Panjang secara otomatis menghasilkan pukulan yang jauh dan ketika melakukan servis , raket di tarik kebelakang untuk memukul shutlecock.

- Servis pendek menghasilkan pukulan dengan jarak yang cukup dekat , dan ketika melakukan servis, raket berada di depan dada

28. Teknik dasar tolak peluru :

1.teknik memegang peluru

2.teknik meletakkan peluru pada bahu

3.teknik menolak peluru.

29. Gerak dasar pencak silat antara lain :

* kuda – kuda
* Tangkisan luar
* Tangkisan dalam
* Tangkisan atas
* Pukulan
* Elakan
* Tendangan

30. Faktor yang mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani :

a. Masalah kesehatan, seperti keadaan kesehatan, penyakit menular dan menahun.

b. Masalah gizi, seperti kurang protein, kalori, gizi rendah dan gizi yang tidak memadai.

c. Masalah latihan fsik, seperti usia mulai latihan, frekuensi latihan per minggu, intensitas latihan, dan volume latihan.

d. Masalah faktor keturunan,

**PETUNJUK PENILAIAN**

* Pilihan Ganda apabila benar nilai 3, jika salah nilai 0
* Uraian 5 soal nilai (25), apabila 1 soal benar nilai 5, jika salah nilai 1
* Benar pilihan ganda + benar uraian
* 75 + 25 = 100