**PHÒNG GD&ĐT QUẬN LONG BIÊN ĐỀ KIỂM TRA HỌC KÌ II**

**TRƯỜNG THCS SÀI ĐỒNG MÔN: THỂ DỤC 7**

**NĂM HỌC 2018 – 2019**

**I.Mục tiêu cần đạt:**

1. Kiến thức: Thực hiện kỹ thuật chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không.

2. Kỹ năng: Rèn luyện và phát triển kỹ thuật chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không. 3. Ý thức, thái độ: Nghiêm túc và đảm bảo an toàn trong quá trình kiểm tra.

4. Định hướng phát triển năng lực: Phát triển sức bật, sức mạnh của chân.

**II.Đề bài**: Kiểm tra kỹ thuật chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không.

**III. Tiêu chí đánh giá** :

1. Kỹ thuật:Thực hiện đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không.

2. Ý thức, thái độ: Có sự cố gắng, tích cực và có sự tiến bộ.

3. Cách đánh giá:

\* Loại đạt:

- Thực hiện đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không.

\* Loại chưa đạt:

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không - Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt Tổ trưởng duyệt Nhóm trưởng**

Người ra đề

Lê Thị Hồng Thái Dương T.Thanh Hương Nguyễn Bá Giáp