

**TRƯỜNG THCS LONG BIÊN
TỔ NGOẠI NGỮ - NĂNG KHIẾU**

**ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP GIỮA HỌC KỲ II
NĂM HỌC 2022-2023
MÔN: THỂ DỤC 8**

I. MỤC TIÊU

1. Kiến thức:

- Kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh thông qua nội dung Nhảy xa “kiểu ngồi”.

2. Năng lực:

- Năng lực chung:

+ Năng lực tự chủ, tự học biết chủ động tích cực thực hiện nhiệm vụ.

- Năng lực đặc thù:

+ Thực hiện các động tác cơ bản đúng, chính xác, đẹp.

+ Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động, năng lực định hướng.

+ Biết vận dụng và tự tập luyện hằng ngày để giữ gìn và nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực.

3. Phẩm chất:

- Bồi dưỡng phẩm chất trung thực trong kiểm tra.

- Chăm chỉ, tích cực, chủ động trong các hoạt động học tập.

- Đảm bảo tính tổ chức kỷ luật cao, an toàn tuyệt đối của lớp học.

II. PHẠM VI ÔN TẬP

-Thực hiện 4 giai đoạn kĩ thuật và nâng cao thành tích Nhảy xa kiểu ngồi.

Long Biên, ngày 18 tháng 2 năm 2023

NGƯỜI LẬP ĐỀ CƯƠNG



Trần Thị Đậu

TỔ PHÓ CM



Trần Thị Đậu

**KT HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



Cao Thị Phương Anh