

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

**ĐỀ CƯƠNG GIỮA HỌC KỲ I**  
**NĂM HỌC 2024-2025**  
**MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT 6**

**I. Mục tiêu cần đạt**

**1. Kiến thức:**

- Kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh thông qua nội dung “Bài thể dục liên hoàn 30 nhịp”.

**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:

+ Rèn luyện thể lực chung, phát triển năng lực liên kết vận động và sức mạnh tay, chân, ngực.

+ Hình thành và phát triển năng lực tự học, nhu cầu và thói quen rèn luyện thân thể.

+ Rèn luyện tính kỉ luật và khả năng nỗ lực ý chí.

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

**3. Thái độ**

- Tích cực chủ động trong phối hợp nhóm, tổ để luyện tập.

- Thói quen và nhu cầu tự tập luyện.

**II. Phạm vi ôn tập**

- Thực hiện bài thể dục liên hoàn 30 nhịp.

*Long Biên, ngày 16 tháng 10 năm 2024*

**NGƯỜI LẬP ĐỀ CƯƠNG**

**Nguyễn Xuân Trường**

**TỔ PHÓ CM**

**Trần Thị Đậu**

**KT HIỆU TRƯỞNG**  
**PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



**Chữ Thị Thu Hương**