

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

**ĐỀ CƯƠNG GIỮA HỌC KỲ I
NĂM HỌC 2024-2025
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT 7**

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

Trần Thị Đậu

TỔ PHÓ CM

Trần Thị Đậu

**KT HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



Chữ Thị Thu Hương