|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS LONG BIÊN****TỔ : XÃ HỘI** | **ĐỀ KIỂM TRA HỌC KỲ I****Môn: thể dục 8****Năm học: 2019- 2020****Tiết ( theo PPCT): 35****Ngày kiểm tra: / 12 /2019** |

**I. Mục tiêu:**

**1. Kiến thức:** Kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh thông qua nội dung kỹ thuật đá cầu cao chân nghiêng mình

 **2. Kỹ năng:**

 - Nhằm rèn luyện các nhóm cơ khớp chính của cơ thể, phát triển thể lực chung và rèn luyện sức nhanh cho học sinh.

 - Thực hiện tương đối tốt kỹ thuật đánh cầu phải cao tay qua lưới.

 - Biết vận dụng và tự tập luyện hằng ngày ở nhà.

**3. Thái độ**

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

 - Trang phục đầy đủ đúng quy định.

**II. Nội dung, phương pháp và cách cho điểm**

**1. Nội dung kiểm tra: TTTC- Cầu lông**

* Kiểm tra kỹ thuật và thành tích đánh cầu phải cao tay qua lưới

**2. Tổ chức và phương pháp kiểm tra**

* Kiểm tra nam riêng, nữ riêng, chia làm nhiều đợt, mỗi đợt 2 học sinh thực hiện.
* Những học sinh đến lượt kiểm tra được gọi tên, tiến vào vị trí để tiến hành kiểm tra. Mỗi học sinh được thực hiện 5 lần đánh cầu phải cao tay qua lưới.
* Mỗi học sinh được kiểm tra 1 lần. Trường hợp học sinh bị điểm chưa đạt Gv cho kiểm tra lại lần 2.

**3.Cách cho điểm:**

Điểm kiểm tra cho theo mức độ thực hiện động tác của từng học sinh

* Điểm Đạt (Đ): Học sinh thực hiện được 1 trong các mức đạt sau:

+ Học sinh thực hiện tốt kỹ thuật, thành tích đạt 5 lần đánh cầu qua lưới.

+ Học sinh thực hiện tương đối tốt kỹ thuật, thành tích đạt 3-5 lần đánh cầu qua lưới.

+ Học sinh thực hiện tương đối đúng kỹ thuật nhưng còn sai sót nhỏ, thành tích đạt 3-5 lần đánh cầu qua lưới

* Điểm Chưa Đạt (CĐ): Học sinh chưa thực hiện được kỹ thuật và thành tích đạt 2 lần đánh cầu qua lưới, trang phục chưa đầy đủ đúng quy định, ý thức chưa tốt .

**BGH duyệt Đại diện nhóm Người ra đề**

 **Hoàng Thị Tuyết Trần Thị Đậu Trần Thị Đậu**