**UBND QUẬN LONG BIÊN ĐỀ KIỂM TRA GIỮA KÌ - HKII**

**TRƯỜNG THCS SÀI ĐỒNG MÔN: THỂ DỤC LỚP 6**

**NĂM HỌC 2020 – 2021**

(Thời gian: 45 phút)

**I.Mục tiêu cần đạt:**

**1. Kiến thức:** Kiểm tra kỹ thuật và thành tích chạy cự ly 60m.

**2. Kỹ năng:** Kiểm tra đánh giá kỹ thuật 4 giai đoạn.

**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 nhanh, làm quen với thi đấu.

**II.Đề bài:** Thực hiện kỹ thuật chạy cự ly 60m.

**III. Tiêu chí đánh giá :**

**1. Kỹ thuật:**Thực hiện đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy, đảm bảo đúng luật.

**2. Thành tích**: Nam: đạt từ 12s trở lên; Nữ: đạt từ 13s trở lên.

**3. Cách đánh giá:**

**\* Loại đạt: -** Thực hiện đúng kỹ thuật 4 giai đoạn, thành tích: Nam: đạt từ 12s trở lên; Nữ: đạt từ 13s trở lên.

- Thành tích đạt chưa tới yêu cầu, nhưng trong quá trình học tập có sự cố gắng, tích cực và có sự tiến bộ.

**\* Loại chưa đạt:**

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các giai đoạn, thành tích chưa đạt theo yêu cầu.

- Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt Tổ trưởng duyệt Nhóm trưởng**

**Người ra đề**

***Nguyễn Thị Tuyến Dương T.Thanh Hương Nguyễn Bá Giáp***

**UBND QUẬN LONG BIÊN ĐỀ KIỂM TRA GIỮA KÌ - HKII**

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

**NĂM HỌC 2020 – 2021**

(Thời gian: 45 phút)

**I.Mục tiêu cần đạt:**

1. Kiến thức: Thực hiện kỹ thuật chạy ba bước đà nhảy “bước bộ” trên không vào đệm.

2. Kỹ năng: Rèn luyện và phát triển kỹ thuật chạy đà ba bước, giậm nhảy, đá lăng nhảy cao kiểu “bước qua”.

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 ba bước đà nhảy “bước bộ” trên không vào đệm.

**III. Tiêu chí đánh giá** :

1. Kỹ thuật: Thực hiện đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy ba bước đà nhảy “bước bộ” trên không vào đệm.

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 ba bước đà nhảy “bước bộ” trên không vào đệm.

\* Loại chưa đạt:

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các giai đoạn chạy ba bước đà nhảy “bước bộ” trên không vào đệm.

- Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt Tổ trưởng duyệt Nhóm trưởng**

Người ra đề

***Nguyễn Thị Tuyến*** ***Dương T.Thanh Hương Nguyễn Bá Giáp***

**UBND QUẬN LONG BIÊN ĐỀ KIỂM TRA GIỮA KÌ - HKII**

**TRƯỜNG THCS SÀI ĐỒNG MÔN: THỂ DỤC LỚP 8**

**NĂM HỌC 2020 – 2021**

(Thời gian: 45 phút)

**I. Đề bài :**

Kiểm tra kỹ thuật phát cầu “mặt trái” trong môn cầu lông.

**II. Mục đích, yêu cầu :**

**1. Kiến thức:** Thực hiện kỹ thuật phát cầu “mặt trái” trong môn cầu lông.

**2. Kỹ năng:**

- Thực hiện tương đối đúng kỹ thuật phát cầu “mặt trái” trong môn cầu lông.

lông vào ô quy định.

- Đạt thành tích 3/5 lần phát cầu vào ô quy định.

**3. Ý thức, thái độ:** Nghiêm túc và đảm bảo an toàn trong quá trình kiểm tra.

**III. Cách đánh giá :**

**1. Loại đạt yêu cầu :**

- Thực hiện tương đối đúng kỹ thuật các giai đoạn phát cầu “mặt trái” trong môn cầu lông.

- Đạt thành tích 3/5 lần phát vào ô quy định.

**2. Loại chưa đạt :**

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các giai đoạn phát cầu, thành tích chưa đạt theo yêu cầu.

- Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt Tổ trưởng duyệt Nhóm trưởng**

Người ra đề

***Nguyễn Thị Tuyến*** ***Dương T.Thanh Hương Nguyễn Bá Giáp***

**UBND QUẬN LONG BIÊN ĐỀ KIỂM TRA GIỮA KÌ - HKII**

**TRƯỜNG THCS SÀI ĐỒNG MÔN: THỂ DỤC LỚP 9**

**NĂM HỌC 2020 – 2021**

(Thời gian: 45 phút)

**I. Đề bài :**

- Kiểm tra kỹ thuật phông cầu trong môn cầu lông.

**II. Mục đích, yêu cầu :**

**1. Kiến thức:** Thực hiện kỹ thuật phông cầu trong môn cầu lông.

**2. Kỹ năng:**

- Thực hiện tương đối đúng kỹ thuật phông cầu qua lại trong môn cầu lông.

**3. Ý thức, thái độ:** Nghiêm túc và đảm bảo an toàn trong quá trình kiểm tra.

**III. Cách đánh giá :**

**1. Loại đạt yêu cầu :**

- Thực hiện tương đối đúng kỹ thuật các giai đoạn phông cầu qua lại trong môn cầu lông.

- Đạt thành tích chạm cầu nhiều lần khi đánh qua lại.

**2. Loại chưa đạt :**

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các giai đoạn phông cầu, thành tích chưa đạt theo yêu cầu.

- Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt Tổ trưởng duyệt Nhóm trưởng**

Người ra đề

***Nguyễn Thị Tuyến*** ***Dương T.Thanh Hương Nguyễn Bá Giáp***