|  |  |
| --- | --- |
| PHÒNG GD&ĐT BẢO THẮNG**TRƯỜNG THCS XÃ THÁI NIÊN** | **ĐỀ KIỂM TRA CUỐI KÌ I, NĂM HỌC 2024 - 2025****MÔN: GDTC - Lớp 7***Hình thức kiểm tra: Thực hành**Thời gian: 45 phút* |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Ngày soạn: 14/12/2024

Ngày giảng: 16/12/2024: 7A,7B

**TIẾT 34 KIỂM TRA CUỐI KÌ I**

**I. ĐỀ KIỂM TRA**

 **Thực hiện kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi.**

**II. BẢNG TIÊU CHÍ, HƯỚNG DẪN ĐÁNH GIÁ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Mạch****nội dung** | **Đơn vị kiến thức** | **Tiêu chí đánh giá** | **Hướng dẫn đánh giá** |
| **Đạt** | **Chưa đạt** |
| **1** | **Nhảy xa kiểu ngồi** | Kỹ thuậtThành tích | 1. thực hiện cơ bản đúng kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi (Phối hợp được các giai đoạn chạy đà, giập nhảy, trên không và tiếp đất)2. Nam nhảy xa từ 3m trở lên; Nữ: từ 2m 50 trở lên. | Thực hiện tương đối đúng kỹ thuật Nam: > 3m, Nữ: > 2m 50. | Thực hiện sai kỹ thuật Nam: < 3m, Nữ: < 2m 50. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Duyệt của BGH****Vũ Thị Thanh Mai** | **Duyệt của tổ chuyên môn****Vương Quốc Sơn** | **Giáo viên ra đề****Đặng Quốc Tạo** |