|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | TRƯỜNG THCS TRẦN HÀO  **TỔ: TOÁN – TIN - GDTC**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |   **Tuần: 10**  **Tiết: 20** |

**ĐỀ KIỂM TRA GIỮA HỌC KÌ I**

**NĂM HỌC 2024 - 2025**

**MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT - LỚP 8**

Thời gian: 45 phút

**1. Nội dung kiểm tra**

- Kiểm tra kĩ thuật xuất phát cao và thành tích chạy cự li ngắn 100m.

**2. Chuẩn bị**

- GV: Còi, ván phát lệnh, dậy đích, vạch xuất phát và vạch đích, cờ lệnh.

- Học sinh: Giầy, trang phục thể thao gọn gàng.

**3. Hình thức kiểm tra**

- Cán sự lớp điều hành khởi động cả lớp trước khi kiểm tra.

- Kiểm tra theo đợt, mỗi đợt 2 - 4 em. Kiểm tra theo danh sách lớp (nam riêng – nữ riêng).

- Khi kiểm tra xong Cán sự lớp cho lớp thả lỏng hồi sức.

- GV nhận xét, đánh giá chung tiết kiểm tra.

**4. Đặc tả đề kiểm tra**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nội dung | ND đặc tả | Tiêu chí đánh giá | Tổ chức kiểm tra | Thời gian |
| Chạy cự li ngắn 100m | - Thực hiện phối hợp được các giai đoạn của kĩ thuật chạy cự li ngắn 100m; Thành tích đạt < 14,5 giây (nam), < 15,5 giây (nữ) - Thực hiện được 4 giai đoạn của kỹ thuật chạy cự li ngắn 100m.- Phán đoán và xử lí linh hoạt các tình huống trong tập luyện.- Hợp tác được với các bạn trong quá trình tập luyện và kiểm tra. | -Thực hiện được các giai đoạn kĩ thuật chạy cự li ngắn 100m- Quy phạm luật: Xuất phát trước hiệu lệnh, lấn đường chạy, dùng tay chạm dây đích,…. - Hoàn thành hết cự li **10**0m, Thành tích đạt < 14,5 giây (nam), < 15,5 giây (nữ) - Có sự tiến bộ về kĩ thuật và thành tích đối với bản thân- Tích cực, chủ động, hỗ trợ bạn trong giờ kiểm tra. | - Chạy cự li ngắn 100mĐội hình kiểm tra | Giữa HKI |
| **\*Hướng dẫn đánh giá**  **Kiểm tra thực hành**  **- Đạt**  **+** HS đạt 3/5 tiêu chí là đạt mức 1 (Đ1 – trung bình).  +HS đạt 4/5 tiêu chí là đạt mức 2 (Đ2 - khá).  +HS đạt 5/5 tiêu chí là đạt mức 3 (Đ3 – giỏi).  **Chưa đạt:** HS chưa đạt tiêu chí 01 và 02 trong bảng tiêu chí đánh giá. | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Hòa Quang Nam, ngày.......tháng .......năm*  **GIÁO VIÊN** |

**Nguyễn Văn Chất**