UBND PHƯỜNG HỘI AN
TRƯỜNG THCS KIM ĐỒNG

ĐỀ CHÍNH THỨC

MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT – LỚP 8
ĐỀ KIỂM TRA GIỮA KÌ I – NĂM HỌC 2026-2027
CHỦ ĐỀ : CHẠY CỰ LI NGẮN
Thời gian : 45 phút

I/ Bảng đặc tả môn GDTC - Lớp 8

Chủ đề	Mức độ đánh giá		
	Biết	**Hiểu**	**Vận dụng**
Chạy cự li ngắn *(100 m)*	- Biết một số điều luật cơ bản trong Chạy cự li ngắn. - Biết điều khiển tổ nhóm tập luyện các giai đoạn và phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m) - Biết lựa chọn và tham gia các hoạt động trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu nội dung bài học nhằm phát triển sức nhanh. - Nhận biết được những khác nhau cơ bản giữa kĩ thuật xuất phát thấp và xuất phát cao trong chạy cự li ngắn.	- Nêu được những điều cần chú ý khi thực hiện kĩ thuật các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Mô tả được kĩ thuật xuất phát thấp và bước chạy đầu tiên trong xuất phát thấp. - Nêu được những sai sót thường mắc trong luyện tập từng giai đoạn và phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100 m). - Mô tả được nội dung và cách thực hiện bài tập phối hợp giữa các giai đoạn trong tập luyện kĩ thuật chạy cự li ngắn. - Nêu được vai trò của xuất phát thấp trong chạy cự li ngắn. - Nêu được các qui tắc đảm bảo an toàn trong tập luyện kĩ thuật chạy cự li ngắn.	- Thực hiện được các giai đoạn và phối hợp được các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m). - Hoàn thành lượng vận động của nội dung kiểm tra theo định kì. - Vận dụng được những hiểu biết về luật và kĩ thuật chạy cự li ngắn khi tham gia thi đấu giữa các nhóm trong lóp. - Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học trong luyện tập và trong thực hiện nội dung kiểm tra đánh giá. - Quan sát bạn kiểm tra để tự điều chỉnh, sửa sai, rút kinh nghiệm cho bản thân.

II/ Nội dung, hình thức tổ chức, tiêu chí và hướng dẫn đánh giá - Lớp 8

Mạch nội dung	Nội dung kiểm tra	Nội dung đặc tả (mức vận dụng)	Hình thức, tổ chức kiểm tra	Tiêu chí đánh giá	Hướng dẫn đánh giá

KTĐG giữa kỳ I: Chạy cự li ngắn (100 m)	*** Chạy ngắn (100m)** - Thực hiện: Từng nhóm 2 HS thực hiện theo hiệu lệnh của cán sự lớp (xuất phát thấp). - Yêu cầu: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật chạy cự li ngắn (100m)	- Thực hiện được kĩ thuật xuất phát thấp và phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m). - Hoàn thành lượng vận động của nội dung kiểm tra định kì. - Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học vào thực hiện nội dung kiểm tra đánh giá. - Quan sát bạn kiểm tra để tự điều chỉnh, sửa sai, rút kinh nghiệm cho bản thân.	 - Phương pháp: Phân nhóm lần lượt - Tổ chức: + Lần lượt 2 HS vào thực hiện chạy 100m trên đường thẳng. + Cán sự lớp hô khẩu lệnh. + Thực hiện 1 lần (nếu xãy ra sự cố ngoài ý muốn thì GV có thể cho nhóm đó thực hiện lần 2 vào cuối giờ). - GV gọi tên HS theo nhóm nam riêng, nữ riêng.	1. Thể hiện được mức độ tích cực tự học, tự rèn luyện (Đi học chuyên cần, nghiêm túc, tự giác, tích cực trong học tập…). 2. Thực hiện được các giai đoạn của chạy cự li ngắn: Thực hiện được xuất phát thấp, chạy lao sau xuất phát, chạy giữa quãng, chạy về đích 3. Có sự tăng tiến về kĩ năng vận động và thể lực phù hợp với đặc điểm cá nhân (Hoàn thành lượng vận động của kĩ thuật/bài tập và nội dung kiểm tra đánh giá). 4. Thực hiện chạy cự li ngắn đúng Luật (Không cướp xuất phát, chạy trên đường chạy của mình,..). 5. Đạt được yêu cầu về thành tích chạy cự li ngắn.	*** Đạt:** - HS đạt 2/5 tiêu chí là đạt mức 1 (Đ1 - Trung bình). TT: +Nam: ≥ 17s35 + Nữ: ≥ 18s30 - HS đạt 3/5 tiêu chí là đạt mức 2 (Đ2 - Khá). TT: +Nam: ≥ 16s10 + Nữ: ≥ 17s10 - HS đạt 4 - 5/5 tiêu chí là đạt mức 3 (Đ3 - Giỏi). TT: + Nam: ≤ 15s + Nữ: ≤ 16s10 * Đối với HS khuyết tật các em thực hiện động tác theo khả năng nhận biết của các em.

Phường Hội An, ngày 17 tháng 10 năm 2026
Giáo viên:

Nguyễn Quốc Dũng