|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HỌ VÀ TÊN THÍ SINH: …………………......**  **TRƯỜNG: THCS NGUYỄN CHÍ THANH**  **LỚP:9/** | | | **KỲ KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ CUỐI HỌC KỲ I**  **NĂM HỌC: 2021 - 2022**  **NGÀY THI: ……………………………………**  **THỜI GIAN: 45 PHÚT** | | **Số thự tự của mỗi bài** |
| **MÔN KIỂM TRA:**  **THỂ DỤC 9** | **SỐ BÁO DANH** | **CHỮ KÝ GT1** | | **CHỮ KÝ GT2** | **SỐ MẬT MÃ** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ĐIỂM BÀI KIỂM TRA** | **LỜI GHI CỦA GIÁM KHẢO** | **CHỮ KÝ GIÁM KHẢO** | **SỐ MẬT MÃ** | **Số thự tự của mỗi bài** |

***Đề 1***

***Em hãy chọn đáp án đúng nhất vào phiếu trả lời sau: (đúng X, sai X , chọn lại ).***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CÂU |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| A |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| B |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| D |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu 1:** | | **Kỹ thuật chạy ngắn có mấy giai đoạn?** | | | | | | | | | | | |
|  | | A. 2 | | |  | | | B. 3 | | |  | | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | C. 4 | | |  | | | D. 5 | | |  | | |
| **Câu 2:** | | **Kỹ thuật xuất phát cao trong chạy cự ly ngắn có mấy hiệu lệnh?** | | | | | | | | | | | |
|  | | A. 5 | | |  | | | B. 4 | | |  | | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | C. 2 | | |  | | | D. 3 | | |  | | |
| **Câu 3:** | | **Kỹ thuật xuất phát cao trong chạy cự ly trung bình có mấy hiệu lệnh?** | | | | | | | | | | | |
|  | | A. 5 | | |  | | | B. 4 | | |  | | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | C. 2 | | |  | | | D. 3 | | |  | | |
| **Câu 4:** | | **Giai đoạn về đích dùng bộ phận nào để đánh đích?** | | | | | | | | | | | |
|  | | A. Bụng, vai | | |  | | | B. Vai, tay | | |  | | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | | | C. Vai, ngực | | D. Ngực, bụng | | | |  | | |
| **Câu 5: Hình ảnh 2 thuộc kỹ thuật nào?** | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | A. Về đích |  | A. Về đích  B. Chạy giữa quãng  C. Xuất phát | | |  |  |  |  | | C. Xuất phát |  | D. Chạy lao sau xuất phát | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **Hình ảnh 2** | | |  | | |  | | | | | |
|  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | |  | | |  | | | | | |
|
|  | |
|  | |
| **Câu 6: Hình ảnh 4 thuộc kỹ thuật động tác nào?** | |
|  | | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  | | | | | **Câu 7:** | | **Trong chạy cự ly ngắn:** | | | | | | | | | |  | | A. VĐV có thể nhập chung đường chạy trong lúc thi đấu | | | | | B. VĐV phải chạy theo ô, không được lấn sang ô của VĐV khác | | | | |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | | C. Cả A và B đều đúng | | | | | D. Cả A và B đều sai | | | | | **Câu 8:** | | **Trong chạy cự ly trung bình:** | | | | | | | | | |  | | A. VĐV có thể nhập chung đường chạy trong lúc thi đấu | | | | | B. VĐV sử dụng xuất phát cao | | | | |  | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | | C. VĐV xuất phát trước lệnh "Chạy!" sẽ bị phạm quy | | | | | D. Cả A, B và C đều đúng | | | | |  | | | **Câu 9:** | | **Các cự ly thi đấu chính thức của nội dung chạy cự ly trung bình là:** | | | | | | | | | |  | | A. 100m, 400m | | | | | B. 800m, 1500m | | | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | | C. 800m, 1200m | | | | | D. 1500m, 2000m | | | | | **Câu 10:** | | **Động tác nào bổ trợ cho chạy cự ly trung bình?** | | | | | | | | | |  | | A. Động tác đá lăng trước | | | | | B. Động tác bước ngang | | | | |  | |  | | |  | |  | |  | | |  | | C. Động tác bước chéo | | | | | D. Cả A, B và C đều đúng | | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | A. Kỹ thuật chạy trên đường thẳng | | B. Kỹ thuật xuất phát | | |  |  |  |  | | C. Kỹ thuật chạy trên đường vòng | | D. Kỹ thuật về đích | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **Hình ảnh 4** | | | | | |  | | | | | |
|  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | | | | | |  | | | | | |
|
|
|
|
|  | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |
|  | |  | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |  | | |  | | |  | | |  | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | | |
|  | |  | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | |  | | | | |
|  | |  | | | |  | |  | | |  | |
|  | |  | | | | | |  | | | | |

- HẾT-