

□

Chương 1. QUY ĐỊNH CHUNG

Điều 1. Phạm vi điều chỉnh và đối tượng áp dụng

1. Văn bản này quy định về việc đánh giá, xếp loại thi học sinh, sinh viên bao gồm: Nội dung, tiêu chuẩn, cách thức đánh giá, xếp loại, yêu cầu cơ bản đối với từng nội dung đánh giá.
2. Văn bản này áp dụng đối với học sinh, sinh viên của các trường học, học viện, trung tâm giáo dục, trung tâm chuyên nghiệp, trung tâm thi học, trung tâm trung học cơ sở, trung tâm trung học phổ thông và trung tâm phổ thông có nhu cầu học.
3. Văn bản này không áp dụng đối với học sinh, sinh viên khuyết tật, tàn tật; học sinh, sinh viên mắc các loại bệnh không thể vận động và khi thi học cao đẳng cơ sở y tế có thể miễn thi cấp huyện trở lên xác nhận.

Điều 2. Mục đích

1. Đánh giá kết quả rèn luyện thi học toàn diện của người học trong nhà trường.
2. Điều chỉnh nội dung, phương pháp giáo dục theo hướng phù hợp với các trường và các cấp học và trình độ đào tạo.

3. Đẩy mạnh việc thực hiện xuyên rèn luyện thân thể, nâng cao sức khỏe để học tập, xây dựng và bảo vệ Tổ quốc cho học sinh, sinh viên trong quá trình học tập quốc tế.

Điều 3. Yêu cầu

Việc đánh giá, xếp loại thi học sinh, sinh viên phải phù hợp với lứa tuổi, giới tính của học sinh, sinh viên trong nhà trường và các cấp học và trình độ đào tạo.

Điều 4. Quy định về tuổi

1. Việc đánh giá, xếp loại thi học sinh, sinh viên được phân theo lứa tuổi từ 6 tuổi đến 20 tuổi.

2. Học sinh, sinh viên từ 21 tuổi trở lên sẽ đóng các chi phí đánh giá của lứa tuổi 20.

Điều 5. Các nội dung đánh giá

Việc đánh giá xếp loại thi học sinh, sinh viên dựa trên sáu nội dung, cụ thể là: Lực bóp tay thuận, Nắm ngón gập bẻ ng, Bật xa tối thiểu, Chạy 30m xuất phát cao (XPC), Chạy con thoi 4 x 10m, Chạy tùy sức 5 phút.

Chương 2.

TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THI HỌC SINH, SINH VIÊN

Điều 6. Tiêu chuẩn đánh giá thi học đội nữ Nam từ 6 tuổi đến 20 tuổi

Tuổi

Phân loại

Lực bóp tay thuần (kg)

Thời gian chạy bộ (lần/30 giây)

Chiều cao (cm)

Chiều dài XPC (giây)

Chiều rộng 4 x 10m (giây)

Chiều dài sọc 5 phút (m)

6

Tốt

> 11,4

> 9

> 110

> 750

Đã t

≥ 9,2

≥ 4

≥ 100

≤ 7,50

≤ 14,30

≥ 650

7

T t

> 13,3

> 10

> 134

> 770

Đ t

≥ 10,9

≥ 5

≥ 116

$\leq 7,30$

$\leq 14,20$

≥ 670

8

T t

$> 15,1$

> 11

> 142

800

Đ t

$\geq 12,4$

≥ 6

≥ 127

$\leq 7,00$

$\leq 14,10$

≥ 700

9

T t

$> 17,0$

> 12

> 153

> 850

Đã t

$\geq 14,2$

≥ 7

≥ 137

$\leq 6,70$

$\leq 14,00$

≥ 750

10

Tốt

>18,8

> 13

> 163

> 900

Đạt

≥15,9

≥ 8

≥ 148

$\leq 6,60$

$\leq 13,90$

≥ 790

11

Tốt

$> 21,2$

> 14

> 170

> 940

Đ t

$\geq 17,4$

≥ 9

≥ 152

$\leq 6,50$

$\leq 13,20$

≥ 820

12

T t

$> 24,8$

> 15

> 181

> 950

Đã t

≥ 19,9

≥ 10

≥ 163

≤ 6,40

≤ 13,10

≥ 850

13

Tốt

> 30,0

> 16

> 194

> 960

Đạt

≥ 23,6

≥ 11

≥ 172

$\leq 6,30$

$\leq 13,00$

≥ 870

14

Tốt

$> 34,9$

> 17

> 204

> 980

Đ t

$\geq 28,2$

≥ 12

≥ 183

$\leq 6,20$

$\leq 12,90$

≥ 880

15

T t

$> 40,9$

> 18

> 210

> 1020

Đã t

≥ 34,0

≥ 13

≥ 191

≤ 6,20

≤ 12,80

≥ 910

16

Tốt

> 43,2

> 19

> 215

> 1030

Đạt

≥ 36,9

≥ 14

≥ 195

$\leq 6,00$

$\leq 12,70$

≥ 920

17

T t

$> 46,2$

> 20

> 218

> 1040

Đ t

$\geq 39,6$

≥ 15

≥ 198

$\leq 5,90$

$\leq 12,60$

≥ 930

18

T t

$> 47,2$

> 21

> 222

> 1050

Đã t

$\geq 40,7$

≥ 16

≥ 205

$\leq 5,80$

$\leq 12,50$

≥ 940

19

Tốt

> 47,5

> 22

> 225

> 1060

Đạt

≥ 41,4

≥ 17

≥ 207

$\leq 5,70$

$\leq 12,40$

≥ 950

20

Tốt

$> 48,7$

> 23

> 227

> 1070

Điểm

$\geq 42,0$

≥ 18

≥ 209

$\leq 5,60$

$\leq 12,30$

≥ 960

Điều 7. Tiêu chuẩn đánh giá thi học sinh và Nữ từ 6 tuổi đến 20 tuổi

Tuổi

Điểm

Lực bóp tay thuần (kg)

Thời gian chạy 100m (phút/30 giây)

Chiều cao (cm)

Chạy 30m XPC (giây)

Chạy cự li 4 x 10m (giây)

Chạy cự li 5 phút (m)

6

Tốt

> 10,4

> 6

> 100

> 700

Đt

≥ 8,3

≥ 3

≥ 95

≤ 8,50

≤ 14,50

≥ 600

7

Tt

> 12,2

> 7

> 124

> 760

Đ t

≥ 9,9

≥ 4

≥ 108

≤ 8,30

$\leq 14,40$

≥ 640

8

Tốt

$> 13,8$

> 8

> 133

> 770

Đạt

$\geq 11,3$

≥ 5

≥ 118

$\leq 8,00$

$\leq 14,30$

≥ 670

9

Tốt

$> 15,5$

> 9

> 142

> 800

Đt

≥ 12,8

≥ 6

≥ 127

≤ 7,70

≤ 14,20

≥ 690

10

Tt

> 17,6

> 10

> 152

> 810

Đ t

≥ 14,7

≥ 7

≥ 136

≤ 7,60

$\leq 14,10$

≥ 700

11

Tốt

$> 20,6$

> 11

> 155

> 820

Đạt

$\geq 16,9$

≥ 8

≥ 140

$\leq 7,50$

≤ 14.00

≥ 710

12

Tốt

$> 23,2$

> 12

> 161

> 830

Đt

≥ 19,3

≥ 9

≥ 144

≤ 7,40

≤ 13,80

≥ 730

13

Tt

> 25,8

> 13

> 162

> 840

Đ t

≥ 21,2

≥ 10

≥ 145

≤ 7,30

$\leq 13,70$

≥ 750

14

Tốt

$> 28,1$

> 14

> 163

> 850

Đạt

$\geq 23,5$

≥ 11

≥ 146

$\leq 7,20$

$\leq 13,60$

≥ 770

15

Tốt

$> 28,5$

> 15

> 164

> 860

Đt

≥ 24,5

≥ 12

≥ 147

≤ 7,10

≤ 13,40

≥ 790

16

Tt

> 29,0

> 16

> 165

> 890

Đ t

≥ 26,0

≥ 13

≥ 148

≤ 7,00

$\leq 13,30$

≥ 810

17

Tốt

$> 30,3$

> 17

> 166

> 920

Đạt

$\geq 26,3$

≥ 14

≥ 149

$\leq 6,90$

$\leq 13,20$

≥ 830

18

Tốt

$> 31,5$

> 18

> 168

> 930

Đ t

≥ 26,5

≥ 15

≥ 151

≤ 6,80

≤ 13,10

≥ 850

19

T t

> 31,6

> 19

> 169

> 940

Đ t

≥ 26,7

≥ 16

≥ 153

≤ 6,70

$\leq 13,00$

≥ 870

20

Tốt

$> 31,8$

> 20

> 170

> 950

Đạt

$\geq 26,9$

≥ 17

≥ 155

$\leq 6,60$

$\leq 12,90$

≥ 890

Chương 3

YÊU CẦU CỐ THỂ ĐỐI VỚI TÌNH NHI DUNG ĐÁNH GIÁ

Điều 8. Lực bóp tay thuôn

1. Yêu cầu định cỡ : Lực k

2. Yêu cầu kỹ thuật định tác: Người i đ c ki m tra đ ng hai chân b ng vai, tay thu n c m l c

khi hõng vào lòng bàn tay. Không được bóp giật cổ và có các động tác trợ giúp khác. Thời gian hai lần, nghỉ 15 giây giữa hai lần thi tiếp.

3. Cách tính thành tích: Lấy kết quả lần cao nhất, chính xác đến 0,1kg

Đi u 9. N m ng a g p b ng

1. Yêu cầu dụng cụ: Đệm cao su hoặc ghế bằng, chiếu cói, trên có bìa ng phẳng, sạch sẽ.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người thi công kiểm tra chân có 900 độ gập, hai bàn chân áp sát sàn. Một học sinh, sinh viên khác hỗ trợ bìa ng cách hai tay giữa phần dưới của chân, nhằm không cho bàn chân người thi công kiểm tra tách ra khỏi sàn.

3. Cách tính thành tích: Mời lần ng ng, có bìa ng để tính mức độ. Tính số lần đạt độ trong 30 giây.

Đi u 10. B t xa t i ch

1. Yêu cầu dụng cụ: Tấm cao su gi m ch n, kích thước 1 x 3 m (nếu không có tấm có thể thi tiếp trên nền đất, cát mịn). Đặt một thước đo dài làm bìa ng thanh hợp kim hoặc bìa ng gỗ kích thước 3 x 0,3m trên mặt phẳng nằm ngang và ghim chốt xuống tấm (nền đất, cát mịn), tránh xô lệch trong quá trình kiểm tra.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người thi công kiểm tra đứng hai chân mở rộng tự nhiên, ngón chân đặt sát mép vạch giữa hai lần; khi bắt nhịp và khi tiếp đất, hai chân tiến hành cùng lúc. Thời gian hai lần nghỉ.

3. Cách tính thành tích: Kết quả đo để tính bìa ng dài tự vạch xuất phát đến vạch cuối cùng

cả gót bàn chân (vách dưới chân trên thảm). Lấy kết quả lớn nhất. Đơn vị tính là cm.

Đội u 11. Chạy 30m xuất phát cao

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy thẳng có chiều dài ít nhất 40m, chiều rộng ít nhất 2m. Kẻ vạch xuất phát và vạch đích, đặt cọc tiêu bằng nhíp hoặc bằng cọc hiên ở hai đầu đường chạy. Sau đích có khoảng trống ít nhất 10m để giẫm đạp sau khi về đích.

2. Yêu cầu kỹ thuật đường chạy: Người đi đường chạy kiểm tra thực hiện kỹ thuật xuất phát cao. Thực hiện một lần

3. Cách tính thành tích: Thành tích chạy đường chạy xác định là giây và số lẻ tính 1/100 giây.

Đội u 12. Chạy con thoi 4 x 10m

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy có kích thước 10 x 1,2m bằng phẳng, không trơn, bốn góc có vít chụm để quay đầu, hai đầu đường chạy có khoảng trống ít nhất là 2m. Dụng cụ gồm đường chạy thẳng, thước đo dài, bốn vít chụm để đánh dấu bốn góc đường chạy.

2. Yêu cầu kỹ thuật đường chạy: Người đi đường chạy kiểm tra thực hiện kỹ thuật xuất phát cao. Khi chạy đến vạch 10m, chạy trên mặt chân chạm vạch, nhanh chóng quay 180 độ và trở về vạch xuất phát và sau khi chân chạm vạch xuất phát thì quay trở lại. Thực hiện lặp lại cho đến hết quãng đường, tổng số vòng là 10m và ba lần quay. Quay theo chiều trái hay phải là do thói quen của từng người. Thực hiện một lần.

3. Cách tính thành tích: Thành tích chạy đường chạy xác định là giây và số lẻ tính 1/100 giây.

Điểm 13. Chạy tùy sức 5 phút

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy dài ít nhất 52m, rộng ít nhất 2m, hai đầu có hai đường kẻ vạch kẻ vạch, phía ngoài hai đầu vạch kẻ vạch có khoảng trống ít nhất 1m để chạy quay vòng. Giữa hai đầu đường chạy (tìm đường) đặt vạch chụn để quay vòng. Trên đường 50m đánh dấu từng đoạn 5m để xác định phần quãng đường ($\pm 5m$) sau khi hết thời gian chạy. Thời gian đo gồm có đường hồi bóm dây, số đeo và tích - kê ghi số vòng và số giây.

2. Yêu cầu kỹ thuật chạy: Người đi đường kiểm tra thời gian chạy xuất phát cao (tay cầm mặt tích - kê tay chạy vòng và số đeo ở ngực). Khi chạy hết đoạn đường 50m, vòng (bên trái) qua vạch chụn và chạy tiếp trong thời gian 5 phút. Khi hết giờ, người đi đường kiểm tra lập tức tích - kê của mình xuống ngay nơi chân tiếp đất. Thời gian chạy là số.

3. Cách tính thành tích: Tổng số đo quãng đường chạy được là mét.

Chương 4

THI CHẤM ĐÁNH GIÁ, XẾP LOẠI THI HỌC SINH, SINH VIÊN

Điểm 14. Thời gian kiểm tra đánh giá, xếp loại

Hàng năm, các cấp giáo dục bố trí kiểm tra, đánh giá xếp loại thi học sinh, sinh viên vào cuối năm học.

Điểm 15. Cách thức thi chấm đánh giá

1. Mỗi học sinh, sinh viên được đánh giá 4 trong 6 nội dung nêu ở Điểm 5 văn bản này, trong đó nội dung Bớt xa và Chạy tùy sức 5 phút là bắt buộc.

2. Cách thức tổ chức đánh giá

a) Tổ chức đánh giá theo giới tính (Nam, Nữ). Không kiểm tra quá hai nội dung trong một giờ lên lớp.

b) Tổ chức đánh giá theo nhóm gồm 10 em, lần lượt thực hiện bốn nội dung theo các bước như sau:

- Khi đi ngang chung.

- Thực hiện các nội dung như quy định tại khoản 1, Điều này.

- Thời lượng, hình thức.

Điều 16. Xếp loại

Học sinh, sinh viên được xếp loại thi học theo 3 loại:

1. Tốt: Kiểm tra kiểm tra các chỉ tiêu theo là tại có ba chỉ tiêu Tốt và một chỉ tiêu Đạt trở lên.

2. Đạt: Kiểm tra kiểm tra các chỉ tiêu theo là tại ít nhất một chỉ tiêu Đạt trở lên.

3. Chưa đạt: Kiểm tra kiểm tra các chỉ tiêu theo là tại có một chỉ tiêu dưới mức Đạt.

Chương 5. TÀI CHỨC THỰC HIỆN

Điều 17. Trách nhiệm của các cơ quan quản lý giáo dục

1. Các cơ sở giáo dục và đào tạo chịu trách nhiệm chi đạo, hướng dẫn, kiểm tra việc thực hiện quy định này đối với các phòng giáo dục và các cơ sở giáo dục thực quy định quản lý và tổng hợp báo cáo Bộ Giáo dục và Đào tạo định kỳ hàng năm.

2. Các phòng giáo dục và đào tạo chịu trách nhiệm chi đạo, hướng dẫn, kiểm tra việc thực hiện quy định này tại các cơ sở giáo dục thực quy định quản lý và tổng hợp báo cáo sở giáo dục và đào tạo định kỳ hàng năm.

Điều 18. Trách nhiệm của các cơ sở giáo dục

1. Các cơ sở giáo dục chịu trách nhiệm chuẩn bị và các số viết chữ, lập lập công cán bộ, giáo viên, giảng viên đảm bảo cho công tác đánh giá định kỳ thực hiện, an toàn và hiệu quả.

2. Có kế hoạch kiểm tra, đánh giá, xếp loại thi học sinh, sinh viên cả tháng hàng năm, bố trí thời gian thực hiện kiểm tra hợp lý, ghi và lưu hồ sơ kết quả việc đánh giá, xếp loại thi học sinh, sinh viên, tổng hợp và báo cáo cơ quan quản lý trình cấp định kỳ hàng năm.

KT. BỘ TRƯỞNG

TH **TR** **NG**

(Đã ký)

Ph **m** **Vũ** **Lu** **n**