UBND Quận Long Biên

**Trường THCS Sài Đồng**

**TRỌNG TÂM ÔN TẬP HỌC KÌ II**

**Năm học 2018- 2019**

**Môn: Thể dục**

**II. Khối 7:**

**1. Nội dung kiến thức:** Môn bật nhảy: Kỹ thuật chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không.

**2. Kỹ năng :** Rèn luyện và phát triển kỹ thuật chạy đà giậm nhảy bước bộ trên không nhảy xa kiểu “ ngồi ’’.

Người ra trọng tâm

BGH duyệt Tổ trưởng duyệt  *( Nhóm trưởng)*

*Lê Thị Hồng Thái Dương TT Hương* *Nguyễn Bá Giáp*