

**I.Mục tiêu cần đạt:**

1. Kiến thức: Kiểm tra kỹ thuật xuất phát cao chạy nhanh.
2. Kỹ năng: Thực hiện động tác đúng kỹ thuật.
3. Thái độ: Nghiêm túc trong quá trình kiểm tra.
4. Định hướng phát triển năng lực: Phát triển khả năng phối hợp vận động, phản ứng nhanh.

**II.Đề bài:** Thực hiện kỹ thuật xuất phát cao chạy nhanh

**III. Tiêu chí đánh giá:**

1. **Kỹ thuật:** Thực hiện đúng kỹ thuật động tác.
2. **Ý thức, thái độ:** Nghiêm túc trong quá trình kiểm tra.
3. **Cách đánh giá:**

\* **Loại đạt:**

- Thực hiện đúng kỹ thuật, nghiêm túc trong quá trình kiểm tra.

\* **Loại chưa đạt:**

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật các nội dung kiểm tra.
- Chưa nghiêm túc, tích cực trong quá trình học tập.

**BGH duyệt**

**Tổ trưởng duyệt**

**Người ra đề**

**Khúc thị Thanh Hiền**

**Phạm Văn Quý**

**Vũ Thị Thanh Tuyền**

