

I.Mục tiêu cần đạt:

1. Kiến thức: Kiểm tra tăng cầu bằng đùi.
2. Mức Đạt : Nam – 10 quả , Nữ - 5 quả.
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, sự khéo léo, chính xác, phản ứng nhanh.

II.Đề bài: Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng đùi

III. Tiêu chí đánh giá:

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

*** Loại đạt:**

- Thực hiện đúng kỹ thuật,tăng đủ nam 10 quả, nữ 5 quả nghiêm túc trong quá trình kiểm tra.

*** Loại chưa đạt:**

- Thực hiện chưa đúng kỹ thuật,chưa đủ số lượng đề ra.
- 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

