**Trường THCS Long Biên**

**Tổ: Xã hội**

**ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP HỌC KÌ I**

**Môn: Thể dục 8**

**Năm học: 2019 – 2020**

**I. Mục đích yêu cầu:**

 1. Kiến thức:

- Học sinh biết cách thực hiện kĩ thuật tâng cầu, phát cầu bằng mu bàn chân.

 2. Kỹ năng:

- Học sinh thực hiện cơ bản đúng kĩ thuật tâng cầu, phát cầu, bằng mu bàn chân.

 3. Thái độ.

 - Đảm bảo nội quy, nền nếp của nhà trường lớp học.

 - Đảm bảo an toàn tuyệt đối cho học sinh.

**II. Phạm vi ôn tập.**

 1. Tâng câu bằng mu bàn chân

 2. Phát cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân.

***Long Biên, ngày 21 tháng 11 năm 2019***

 **BGH duyệt Tổ/ Nhóm CM duyệt Người lập**

**Hoàng Thị Tuyết Trần Thị Đậu Phạm Cao Thắng**