

TRƯỜNG THPT CHU VĂN AN
BỘ MÔN GD CD-GDTC-GDQP

NỘI DUNG ÔN TẬP THI HỌC KỲ I MÔN GDTC
NĂM HỌC 2018-2019

<p>KHỐI 11</p> <ul style="list-style-type: none">- Nội dung: TTTC Bóng rổ- Kỹ thuật hai bước lên rổ kết hợp kỹ thuật ném bóng tựa bảng 1 tay trên cao- Hình thức: Mỗi học sinh thực hiện 2 lượt bên trái và 2 lượt bên phải ở góc 45^0 so với hướng chính diện của bảng rổ- Yêu cầu: Học sinh thực hiện đúng kỹ thuật động tác, đạt tối thiểu 1/4 lượt ném ghi điểm hợp lệ đúng yêu cầu của kỹ thuật hai bước lên rổ kết hợp kỹ thuật ném bóng tựa bảng 1 tay trên cao	<p>KHỐI 12</p> <ul style="list-style-type: none">- Nội dung: TTTC Bóng rổ- Kỹ thuật ném phạt tại chỗ 1 tay trên cao- Hình thức: Mỗi học sinh thực hiện 5 lượt ném ở khu vực quy định ném phạt- Yêu cầu: Học sinh thực hiện kỹ thuật ném phạt tại chỗ 1 tay trên cao, không vi phạm vạch ném phạt, đạt hiệu suất 1/5 lượt ghi điểm hợp lệ
---	--

Người lập
Ngô Thị Lan Hương