|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Lớp** | **Mức độ dánh giá** | | |
| **Biết** | **Hiểu** | **Vận dụng** |
| **6** | * Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản có ảnh hưởng trong tập luyện và phát triển thể chất. * Nhận biết được cấu trúc và hình thái hoạt động của các giai đoạn kĩ thuật ném bóng.   – Biết lựa chọn và tham gia các hoạt động trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển sức mạnh tay, ngực.   * Biết điều chỉnh sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. * Biết điều kiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả tập luyện. | * Nêu được vai trò, tác dụng của từng giai đoạn kĩ thuật ném bóng. * Mô tả được kĩ thuật từng giai đoạn ném bóng. * Nêu được hình thức tổ chức luyện tập các giai đoạn kĩ thuật ném bóng. - Mô tả được bài tập thường sử dụng trong luyện tập từng giai đoạn và phối hợp kĩ thuật các giai đoạn ném bóng. * Phân biệt được các bài tập và cách thức tổ chức tập luyện cá nhân, nhóm, cả lớp. * Nêu được các qui tắc đảm bảo an toàn trong tập luyện kĩ thuật ném bóng. | * Thực hiện được các động tác bổ trợ và kĩ thuật các giai đoạn; phối hợp được các   giai đoạn của kĩ thuật ném bóng. - Vận dụng được các điều luật thi đấu ném bóng đã học vào tập luyện và thi đấu.   * Thực hiện được một số tình huống phối hợp với đồng đội trong tập luyện. * Hoàn thành lượng vận động của bài tập và nội dung kiểm tra đánh giá kĩ thuật ném bóng. * Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học trong luyện tập và thực hiện nội dung kiểm tra đánh giá. |