|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1**  | **Cầu lông**  | * Kĩ thuật di chuyển bước

đơn * Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.
* Kĩ thuật phát cầu trái tay.

  | * Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kĩ thuật di chuyển bước đơn, kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái, kĩ thuật phát cầu trái tay.
* Vận dụng được các điều luật thi đấu cầu lông đã học trong tập luyện.
* 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 di chuyển bước đơn, kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái, kĩ thuật phát cầu trái tay.
 | 1. Thực hiện được nội dung kiểm tra (Bước di chuyển đúng kĩ thuật, có tính nhịp điệu; thể hiên được các giai đoạn và khả năng phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật đánh cầu, phát cầu).
2. Không phạm qui (Luật, và những qui định về điểm rơi của cầu, về số lần thực hiện nội dung kiểm tra định kì).
3. Đạt được yêu cầu về thành tích vận động (lực đánh cầu; cảm giác lực khi phát cầu; số lần và mức độ chính xác về điểm rơi của cầu trên sân).
4. Thể hiện được sự tăng trưởng về năng lực liên kết động tác, về cảm giác dùng sức phù hợp với đặc điểm cá nhân.
5. Thể hiện được mức độ tích cực tự học, tự rèn luyện.
 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | - Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học trong luyện tập và thực hiện nội dung kiểm tra đánh giá.  |  |