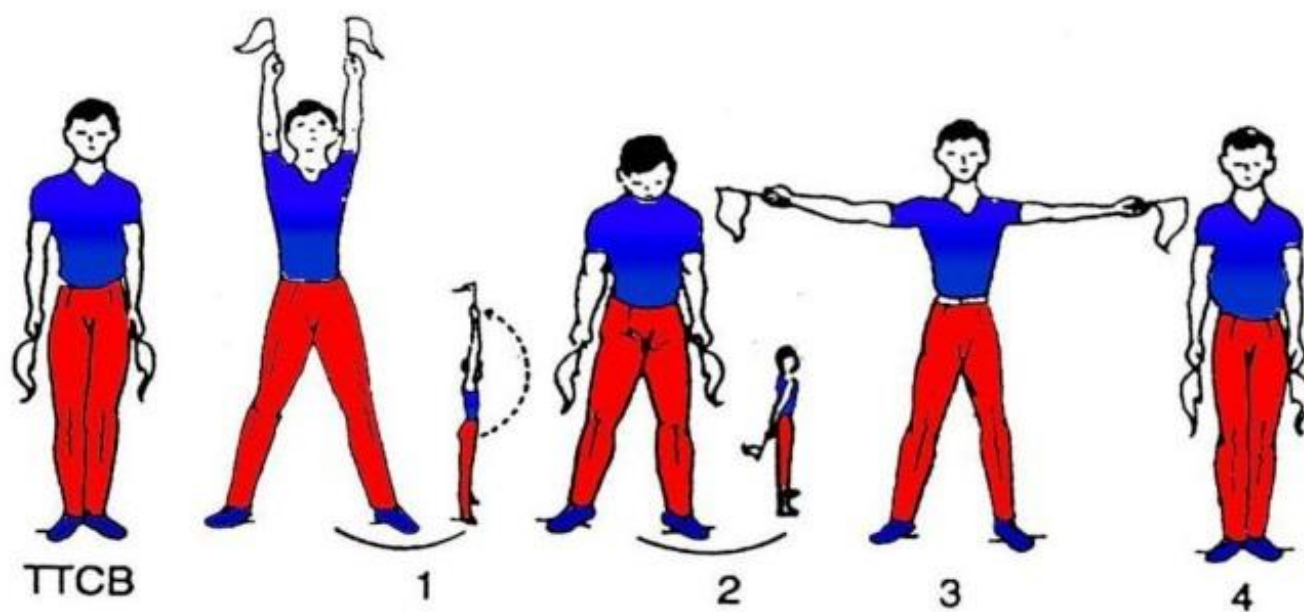


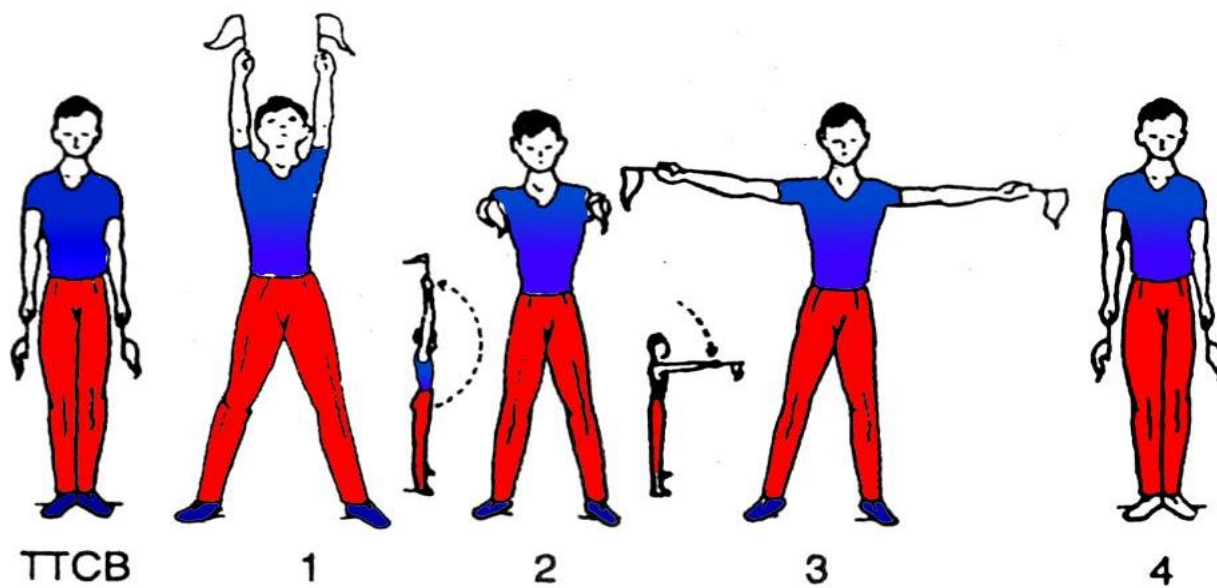
HƯỚNG DẪN VIẾT ĐỀ CƯƠNG BÀI THI CUỐI KỲ

- Đề cương bài thi cuối kỳ được thực hiện ngay từ các buổi học đầu tiên để dự kiến các động tác đội hình mà nhóm sẽ thực hiện để lên kế hoạch luyện tập trong suốt quá trình học.
 - Đề cương cho thấy được danh sách nhóm sinh viên thực hiện bài tập, tuân tự các động tác TD chính, đội hình triển khai... và bản tự đánh giá thái độ học tập của từng thành viên.
 - Hình thức:
 - Trang đầu: Ghi rõ tên nhóm, giảng viên hướng dẫn và trình bày theo mẫu chung.
 - Trang 2 :Tên các thành viên nhóm thực hiện, chấm điểm xếp hạng đánh giá thái độ học tập thông qua biểu quyết.
 - Các trang tiếp theo nhóm sẽ thực hiện vẽ lại các động tác cơ bản. Khuyến khích sự sáng tạo, thể hiện khả năng cá nhân trong việc thực hiện.
- + Phần 1: Các động tác TD chính. Thể hiện các thực hiện các động tác : Vươn thở, tay vai- ngực, vặn mình, lườn, lưng bụng, chân, toàn thân, điều hòa.
- + Phần 2: Các đội hình triển khai trong bài tập.

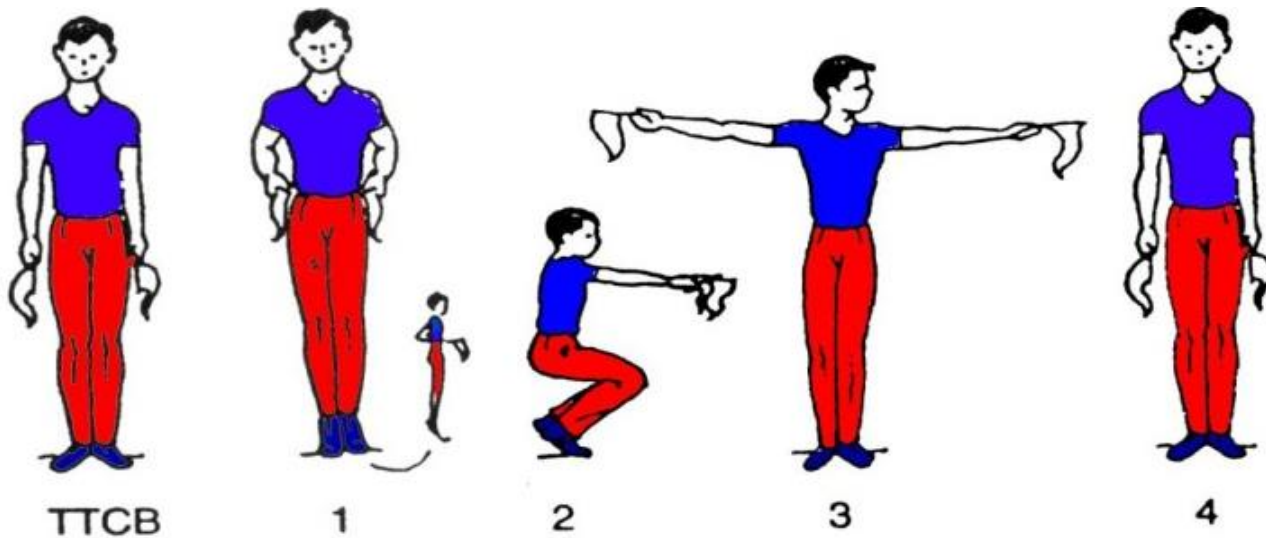
Động tác 1



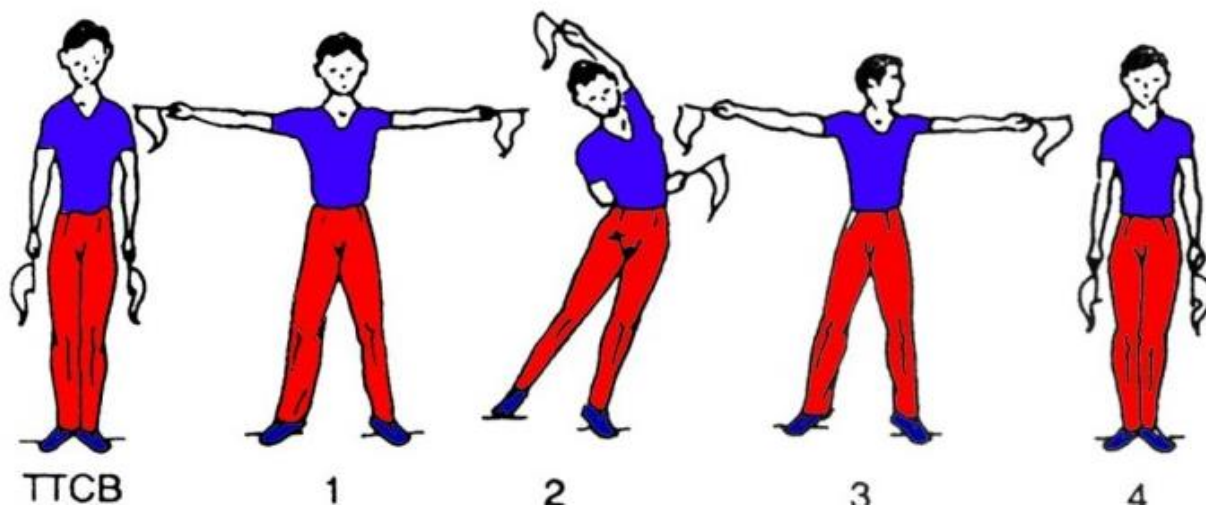
Động tác 2



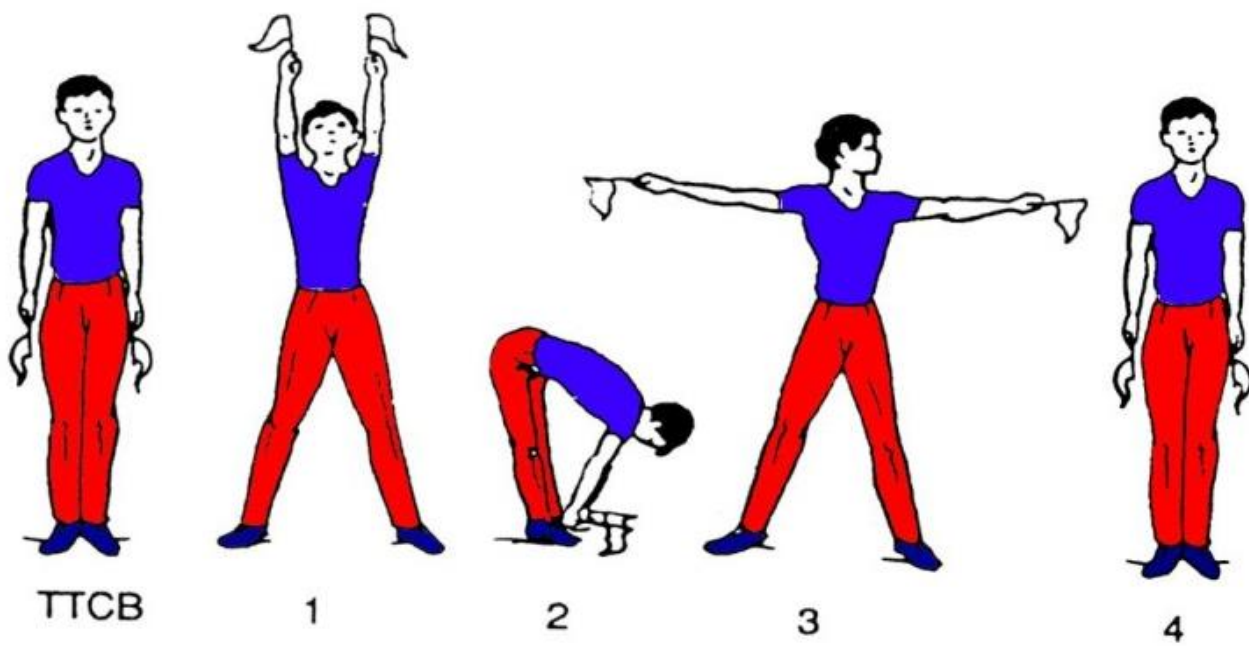
Động tác 3



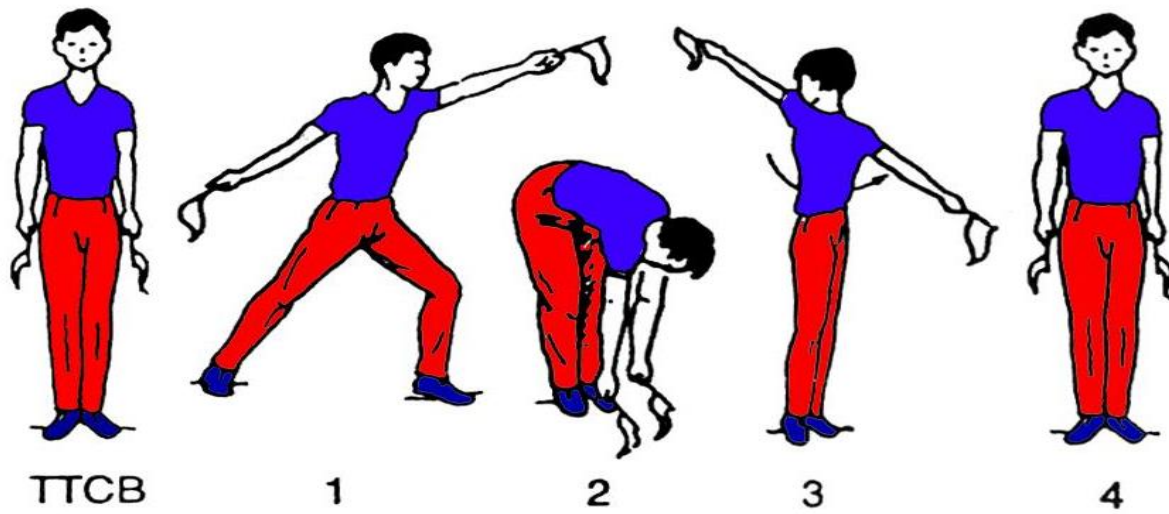
Động tác 4



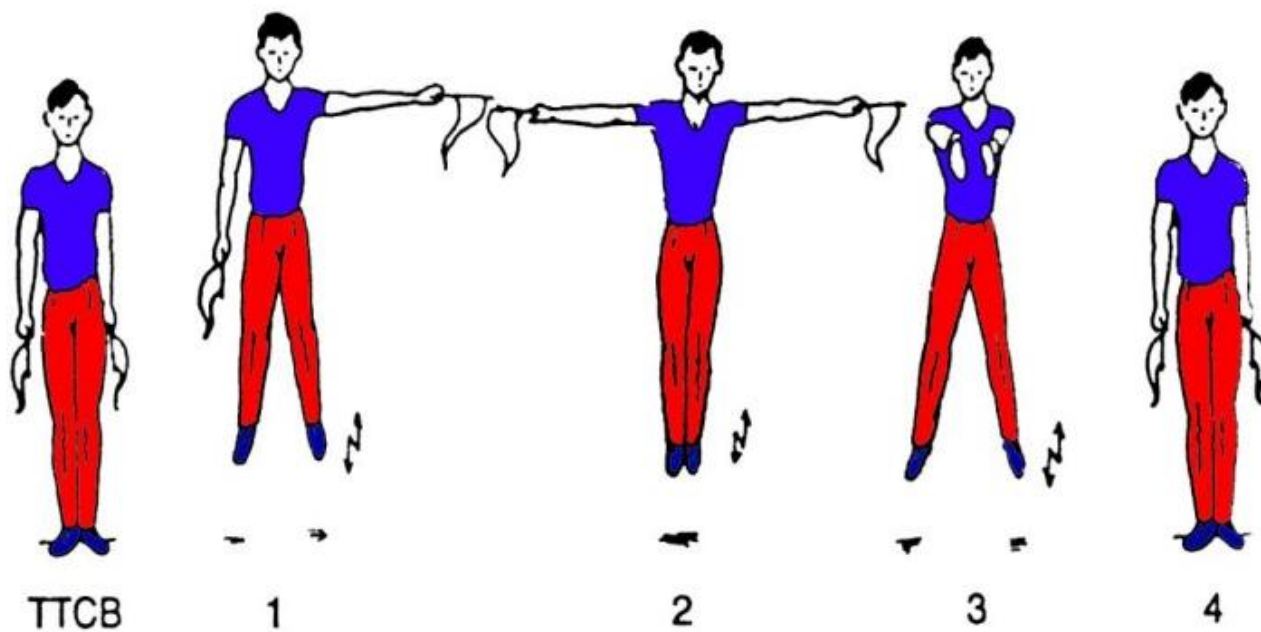
Động tác 5



Động tác 6



Động tác 7



Động tác 8

