

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 4
TRƯỜNG THCS QUANG TRUNG

PHIẾU HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC TUẦN 9-10 .
MÔN: THỂ DỤC 8

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề Chủ đề 1 : Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 35	
Hoạt động 1: học sinh tự nghiên cứu tài liệu và trả lời vào giấy đôi .	*Kiểm tra giữa kỳ 1 . Em hãy cho biết lợi ích tác dụng của TDTT đối với đời sống con người . Liên hệ thực tế bản thân có rèn luyện TDTT hàng ngày hay không ? Vì sao ? <i>*Chạy cự ly ngắn 100m . Động tác bổ trợ chạy bước nhỏ tại chỗ .(phần này học sinh ôn lại của lớp 6,7,8)</i>
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Học sinh trả lời câu hỏi vào giấy đôi . Sau đó nộp lại cho người giao bài .