**CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  
***Độc lập – Tự do – Hạnh phúc***  
—————- o0o —————-

**NỘI DUNG & QUY CHẾ THI GIỮA KỲ**

**I.Thông Tin Chung:**

-Chuẩn bị thi giữa Kỳ FALL 2023

- Nội dung : Kết hợp Tấn với Kĩ Thuật và Thể Lực

- Thi Theo Hình Thức : Offline và Bốc Thăm

**II. Quy Trình Thi và Phần Chuẩn Bị Thi Giữa Kỳ:**

**2.1 Quy Trình thi:  
-** Giám thị gọi tên sinh viên lên thi theo cặp **-** Sinh viên lên thi theo cặp và mặc định di chuyển từ bên trái vào vị trí thi ( sv được gọi tên đứng bên trái giám thị sẽ là người hô)  
- Vào vị trí thi sinh viên thực hiện chào giám thị ( cặp đánh tiếp theo sẽ đứng ở tư thế xếp hàng chờ )  
- Xuất trình thẻ sinh viên ( mặc định sv cầm thẻ ở tay trái )   
- SV bốc thăm đề thi sau đó về vị trí thi vào tư thế chuẩn bị đan chéo tay trước ngực rồi thu về hông và hét lớn   
- Giám thị đọc đề và yêu cầu sinh viên đọc lại đề rồi thực hiện kĩ thuật  
- Thực hiện phần thi kĩ thuật xong sinh viên thu tấn về và đồng thời có tay xỉa đan chéo trước ngực sau đó thu về hông  
- Phần thi thể lực sinh viên quay mặt vào nhau sau đó nghe hiệu lệnh của giám thị và thực hiện  
- Kết thúc các nội dung thi sinh viên chào giám thị  
- Lên lấy thẻ và lùi về vị trí thi   
- Sinh viên hô bên phải quay và trở về vị trí ngồi.

**2.2 Phần Chuẩn Bị Thi Giữa Kỳ:**

**-** Giờ thi, sinh viên được phép vào muộn 15 phút.

- Chuẩn bị thẻ sinh viên hoặc CCCD ( bản cứng)

- Trang phục phải đầy đủ nếu thiếu sẽ không được tham gia thi

- Trang phục lộn xộn không ngay ngắn chỉnh tề trừ 0,5 điểm

- Không được đeo trang sức trong lúc thi nếu vi phạm sẽ bị trừ 0,5điểm

- Móng tay, móng chân phải cắt ngắn nếu vi phạm trừ 0,5 điểm

- Nghiêm Lễ sai tay chỉ trừ 1 điểm chứ không cho 0 điểm

- Không bật chuông điện thoại trong lúc thi nếu vi phạm có thể nhắc nhở hoặc hủy nội dung thi tại thời điểm đó.

- Hàng lối ngồi không ngay ngắn chỉnh tề và mất trật tự trong lúc thi GV có thể nhắc nhở hoặc hủy kết quả thi

**2.3 Một số lưu ý khi nhận định**

- Tấn Kết hợp kĩ thuật phải đúng đòn mới được tính điểm  
- Trong lúc thực hiện kĩ thuật nếu đánh sai 1 lần trừ 0,5 điểm, sai 2 lần sẽ hủy nội dung đó và tính 0 điểm ( ví dụ chém số 1 thành chém số 2 bị sai 1 lần trừ 0,5 điểm, sai 2 lần tính 0 điểm)   
- Thực hiện bước tấn cao và chưa đạt yêu cầu trừ 0,5 điểm   
- Bước Tấn đúng nhưng nhầm bên trừ 0,5 điểm  
- Thực hiện bước Tấn sai sẽ hủy nội dung và tính 0 điểm   
- Mặc định thực hiện kĩ thuật bằng tay phải trước nếu sai bên trừ 0,5 điểm   
- Thực hiện kĩ thuật tay bị chậm và không dứt khoát trừ 0,5 điểm  
- Sinh viên quay mông về giám thị trừ 0,5 điểm

- Nhịp đánh thứ 3 bắt buộc phải hét nếu không hét sẽ bị trừ 0,5 điểm

- Từ lúc bốc thăm đọc lại đề sẽ có 5 giây để chuẩn bị thực hiện kĩ thuật  
- Thời gian dừng giữa các động tác trong nội dung thi không quá 3 giây

- Bốc thăm nội dung thi, sinh viên đọc nhầm nội dung thì giảng viên sẽ yêu cầu SV đọc lại nội dung thi đó  
- Do bỏ kĩ thuật bộ chỏ nên sinh viên sẽ bốc thăm đề ngẫu nhiên của 4 bộ kĩ thuật ( TẤN, CHÉM, ĐẤM, GẠT)

**III. Nội Dung Thể Lực**

**3.1 Nội dung thi: Đứng lên ngồi xuống tại chỗ   
-** Sinh viên quay mặt đối diện nhau sau đó nghe hiệu lệnh và thực hiện

- Nam: 15 giây 17 lần

15 lần = 1 điểm

17 lần = 2 điểm

- Nữ: 15 giây 15 lần

13 lần = 1 điểm

15 lần = 2 điểm

\***Lưu ý**: Thực hiện đúng đủ mới tính nếu nhịp nào thực hiện không đạt yêu câu sẽ không tính, thi thể lực ( chỉ có 1 điểm hoặc 2 điểm không có 1,5điểm).

|  |  |
| --- | --- |
| Trưởng Môn  **Lữ Thanh Xuân** | Hà Nội, Ngày 10 tháng 09 năm 2023  Thư Ký  **Phan Đình Hải** |